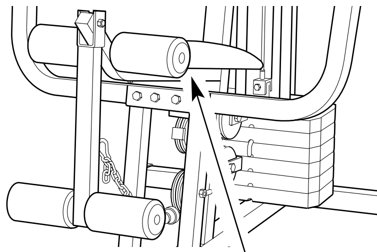
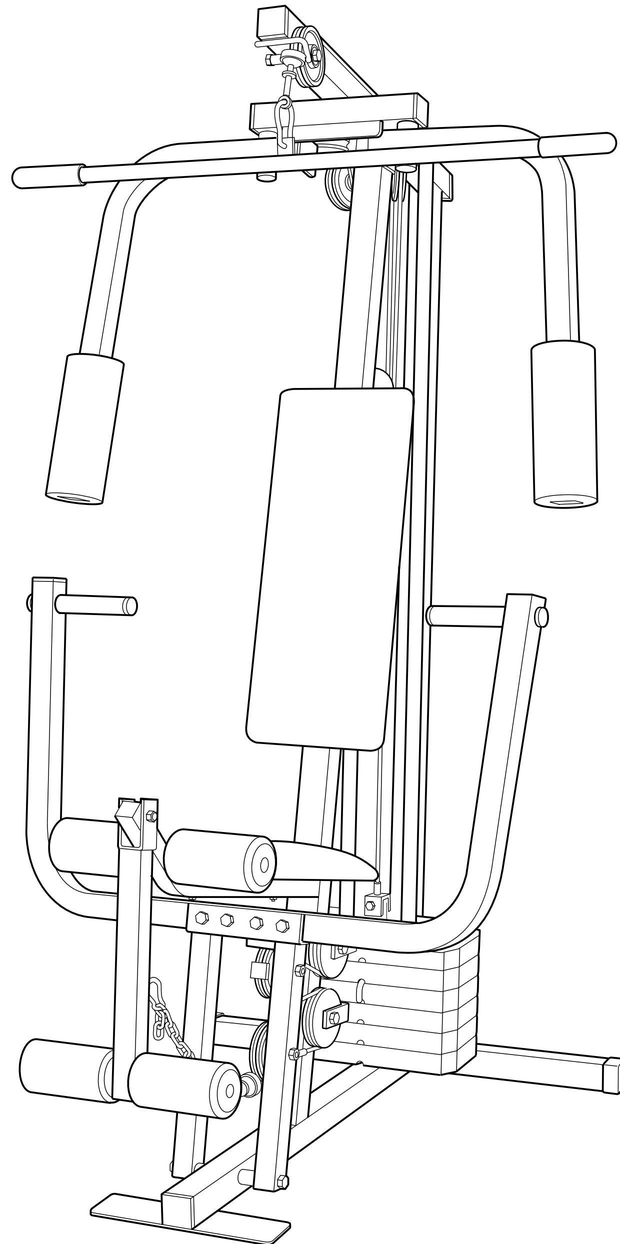
WEIDER 8510®

Modelnr WESY87100
Serienr. ___________________

(Schrijf het serienummer op de lijn hier-boven).



KLASSE H C
Fintess Produkt



VRAGEN?

Mocht U nog vragen hebben, neem dan contact op met de winkel waar u dit apparaat hebt gekocht.

WAARSCHUWING

Lees alle voorzorgsmaatregelen en instructies in deze handleiding zorgvuldig voor gebruik door. Bewaar deze handleiding voor toekomstige referentie.

GEBRUIKERSHANDLEIDING

INHOUD

Aandacht: In het midden van deze handleiding vindt u een ONDERDEEL IDENTIFICATIE KAART. Verwijder deze voordat u met de montage begint.

BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN

WAARSCHUWING: Om het risico van verwondingen te vermijden, dient u voor het gebruik van de home gym system de volgende veiligheidsmaatregelen door te lezen.

1. **Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar van dit apparaat om er zeker van te zijn dat alle gebruikers ervan op de hoogte zijn van alle voorzorgsmaatregelen.**
2. **Lees alle instructies in deze handleiding en bijgaande informatie voordat U de home gym system gebruikt.**
3. **Als U zich niet lekker voelt of pijn voelt tijdens het oefenen, stop dan onmiddellijk en begin een cooling down oefening.**
4. **Gebruik de home gym system alleen op een vlak oppergrond. Leg een kleed onder het apparaat om de vloer te beschermen.**
5. **Inspecteer voor elk gebruik de home gym system en draai alle onderdelen vast. Vervang gesleten onderdelen meteen.**
6. **Houdt kinderen jonger dan 12 en huisdieren van de loopband vandaan.**
7. **Draag altijd sportschoenen tijdens het trainen.**
8. **Houdt uw handen en voeten weg van bewegende onderdelen.**
9. **Om te voorkomen dat de home gym system omvalt tijdens sommige oefeningen, dient U altijd op de voetplaat te gaan staan.**
10. **Laat het gewicht van de armen, butterfly armen, de beenontwikkelaar, rekstang, of de nylon beugel als het naar boven is gebracht, bij welke oefening dan ook, nooit schieten. De gewichten zullen met grote kracht neervallen.**
11. **Inspecteer alle kabels voor elk gebruik van de home gym system. Zorg ervoor dat de kabels zich te allen tijde in de katrollen bevinden. Stop meteen wanneer de kabels vastlopen tijdens het oefenen en zorg ervoor dat de kabels zich in de katrollen bevinden. Vervang de kabels iedere twee jaar.**
12. **Verwijder de rekstang als u hem niet meer nodig hebt en met andere oefeningen bezig bent. Dit voorkomt dat de stang in de weg gaat zitten.**
13. **Sluit de home gym system altijd met de sluitpen en slot af wanneer u niet traint (zie pagina 18).**
14. **Deze home gym system is ontworpen voor in huis gebruik. Deze home gym system is niet bedoeld voor verhuur of enig ander commercieel doeleind.**

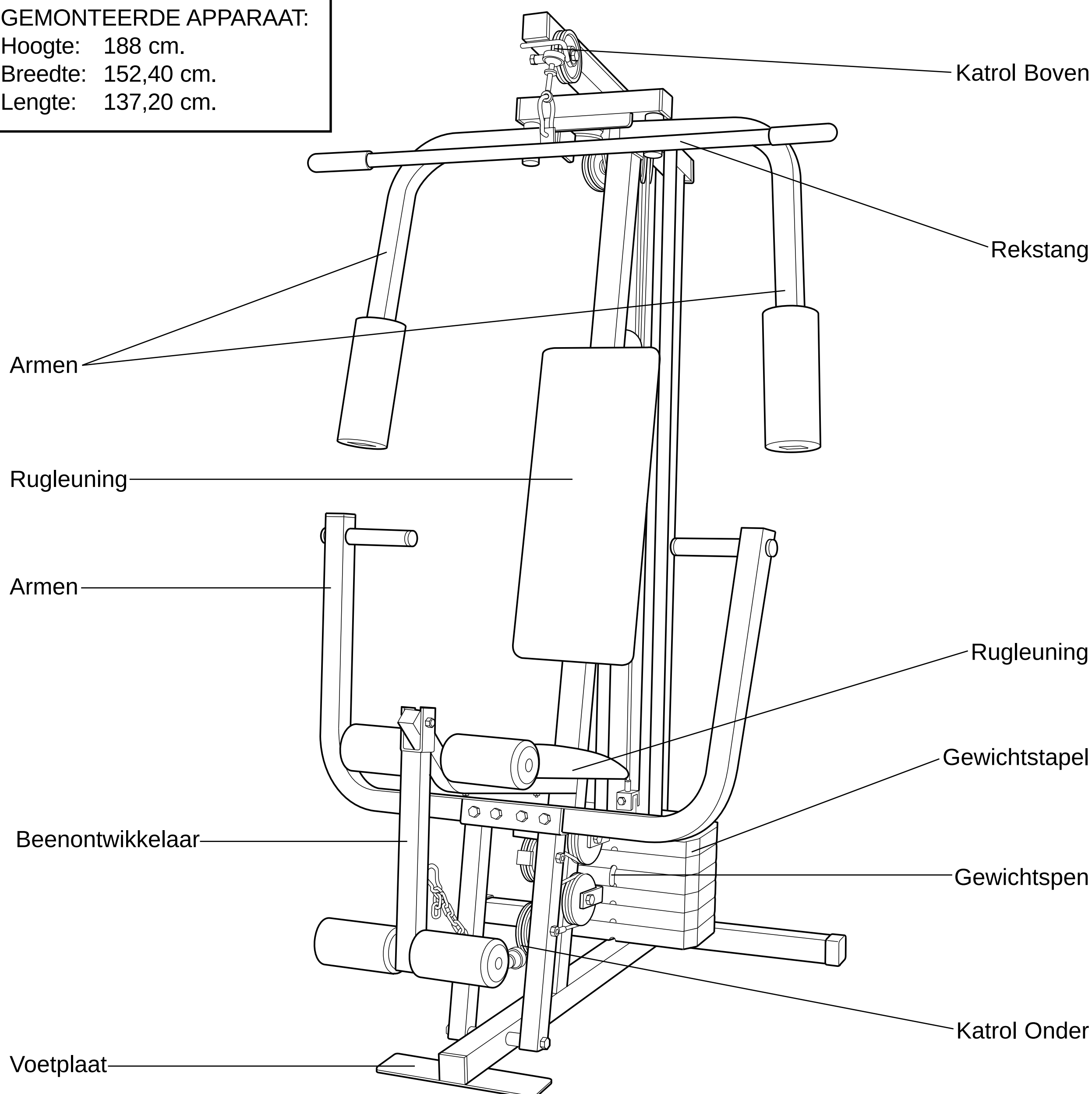
WAARSCHUWING: Raadpleeg uw arts voordat U begint met dit of ieder ander oefenprogramma. Dit is bijzonder belangrijk voor personen boven de 35 jaar en of personen die gezondheidsproblemen hebben of die ze gehad hebben. ICON is niet aansprakelijk voor persoonlijk letsel of schade aan eigendom door het gebruik van dit apparaat.

VOORDAT U BEGINT

Fijn dat u de veelzijdige WEIDER® 8510 hebt gekozen. De WEIDER 8510 biedt een reeks van indrukwekkende gewichtsposities aan ontworpen om alle belangrijke spiergroepen in uw lichaam te ontwikkelen. De 8510 zal U helpen de conditie van uw cardiovasculair systeem te verbeteren, U een fitter gevoel te geven, of leiden tot een drastische toename van uw spiermassa en spiersterkte. De 8510 zal U een specifiek resultaat opleveren.

Lees voor het gebruik van de WEIDER® 8510 deze handleiding zorgvuldig door. Mocht u nog vragen hebben neem dan contact op met de winkel waar u dit apparaat hebt gekocht. Zorg dat u de volgende informatie bij de hand hebt. Het modelnummer is WESY87100. Het serienummer staat op een sticker die u op de WEIDER 8510 kunt vinden (zie de eerste pagina van deze handleiding).

Voordat u verder gaat met lezen, bekijk a.u.b de volgende tekening aandachtig om bekend te raken met de verschillende onderdelen.



MONTAGE

Lees de instructies en informatie zorgvuldig voor dat u met de montage begint:

- Plaats alle onderdelen van de WEIDER 8510 in een vrije ruimte en verwijder het verpakkingsmateriaal. Gooi deze pas weg wanneer de montage voltooid is.
- Lees iedere montage stap voordat u begint.
- **Gebruik de ONDERDELEN IDENTIFICATIE KAART in het midden van deze handleiding om U te helpen in het gebruik van de kleine onderdelen.** Aandacht: Sommige kleine onderdelen zijn al samengesteld om het verzenden te vergemakkelijken. Als U een onderdeel niet in de onderdelem met kunt vinden, bekijk dan het apparaat om te zien of het al samengesteld is.
- Alle onderdelen moeten zich net als in de tekeningen getoond is bevinden.
- Draai alle onderdelen goed vast, tenzij anders wordt aangeduidt.

U HEBT HET VOLGENDE (NIET INBEGREPEN) GEREEDSCHAP NODIG VOOR MONTAGE:

- **Twee (2) engelse sleutels**
- **Een (1) schroevendraaier**
- **Een (1) kruiskop schroevendraaier**
- **Een (1) rubberen hamer**
- **Een smeermiddel zoals vet of vaseline en wat zeepwater zal u ook nodig hebben.**

Om de montage te vergemakkelijken kunt u ook het volgende gereedschap gebruiken: Schroefsleutels, een dopendoos, of palrad.

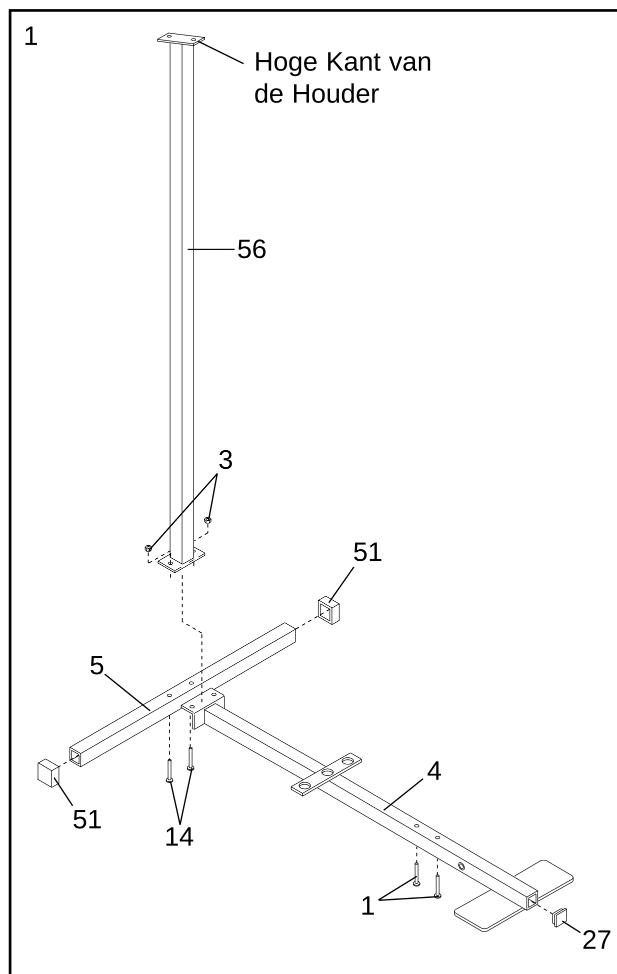
MONTAGE VAN HET ONDERSTEL

1. **Zorg ervoor dat u de instructies hierboven zorgvuldig leest voordat u met de montage begint.**

   Steek een 2” Vierkante Buitenkapje (51) in beide kanten van de Stabilisator (5). Steek een 2” Vierkant Binnenkapje (27) in het eind van het Onderstel (4).

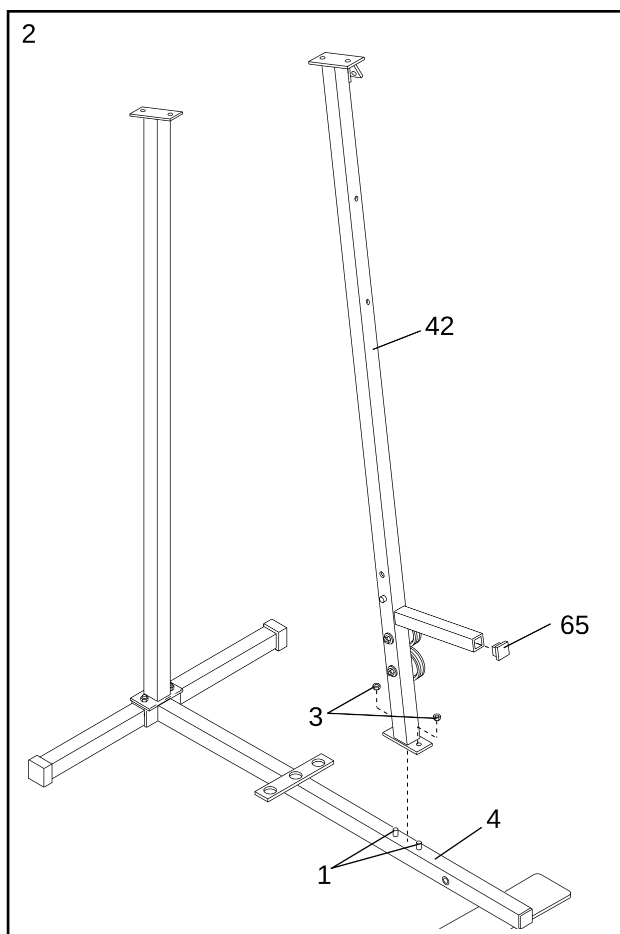
   Steek twee 5/16” x 2 3/4” Draagbouten (14) door de Stabilisator (5). Steek twee 5/16” x 2 1/2” Draagbouten (1) door het Onderstel (4) heen.

   Plaats het aangegeven eind van het Ondertel (4) op de 5/16” x 2 3/4” Draagbouten (1) van de Stabilisator (5). Plaats de Achterste Staander (56) op de Draagbouten. Draai een 5/16” Nylon Borgmoer (3) handmatig op beide Draagbouten vast. **De hoge kant van de houder van de Achterste Staander moet zich in de aangegeven positie bevinden. Draai de Nylon Borgmoeren nog niet te vast aan.**



2. Plaats de Voorste Staander (42) op de twee 5/16” x 2 1/2” Draagbouten (1) die zich in het Onderstel (4) bevinden. Draai twee 5/16” Nylon Borgmoeren (3) op de Draagbouten. **Draai de Nylon Borgmoeren nog niet te vast aan.**

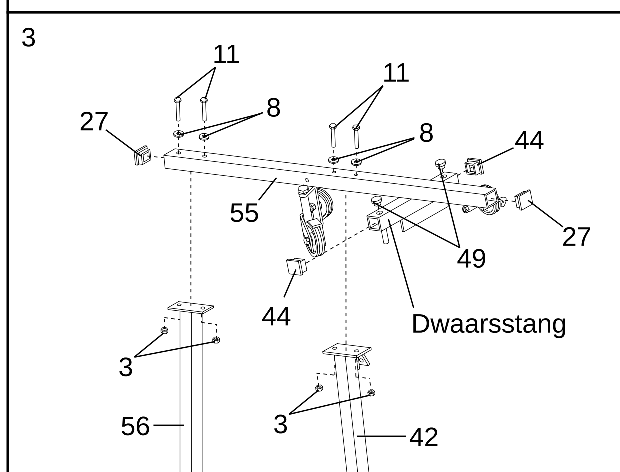
   Druk het 1 1/4” Vierkant Binnenkapje (65) in de Voorste Stander (42).



3. Steek een 2” Vierkant Binnenkapje (27) in beide kanten van het Bovenste Onderstel (55). Steek een 1 3/4” Vierkant Binnenkapje (44) in beide uiteinden van de dwaarsstang van de Bovenste Staander. Steek twee 1” Ronde Binnenkapjes (49) in de dwaarsstang.

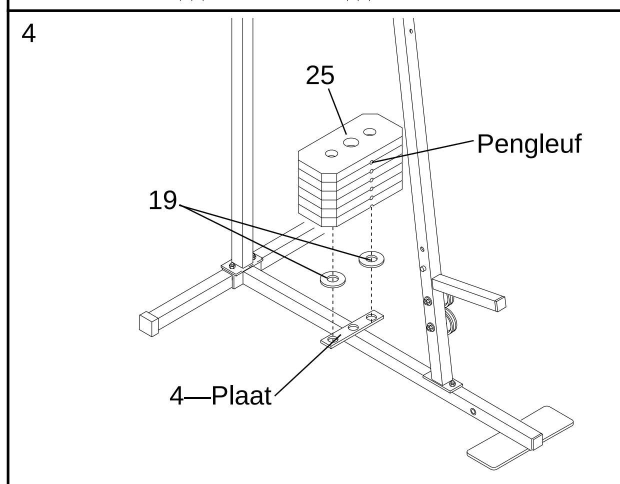
   Maak het Bovenste Onderstel (55) aan de Voorste Staander (42) en de Achterste Staander (56) vast met vier 5/16” x 2 3/4” Bouten (11), vier 5/16” Platte Tussenringen (8), en vier 5/16” Nylon Borgmoeren (3).

   Draai alle Nylon Borgmoeren in stappen 1 tot en met 3 goed vast.



4. Plaats de twee Gewichtsbumpers (19) op de aangegeven plaat van het Onderstel (4).

   Plaats negen Gewichten (25) op de Gewichtsbumpers (19). Elk gewicht moet zodanig gedraaid worden dat de pengleuf zich tegenover de Voorste Staander (42) bevindt. **Zorg ervoor dat u de gewichten niet omver duwt.**

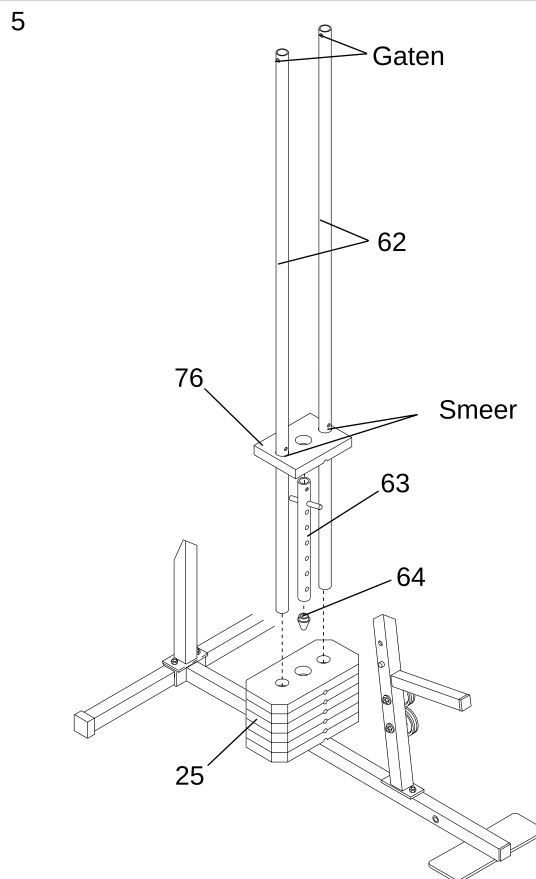


MONTAGE VAN HET ONDERSTEL

5. Steek de Bumper van de Gewichtsbuis (64) in de Gewichtsbuis (63). Steek de Gewichtsbuis in de stapel met Gewichten (25). Zorg ervoor dat de pennen van de Gewichtsbuis in de gleuf van het bovenste Gewicht rust.

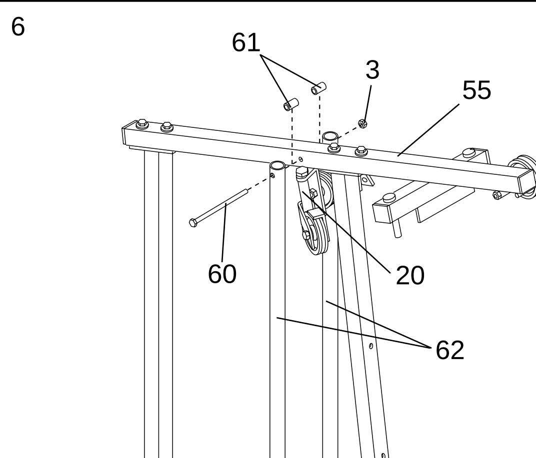
   Smeer de binnenkant van de gaten van het Bovenste Gewicht (76) met wat vet in. Plaats het Bovenste Gewicht op de Stapel met Gewichten (25).

   Steek beide Gewichtsgeleiders (62) in de stapel met Gewichten (25). **Zorg ervoor dat de gaten die zich in de Gewichtsgeleiders bevinden zich aan de bovenkant zoals aangegeven is bevinden.**



6. Bevestig de bovenkant van de Gewichtsgeleiders (62) aan het Bovenste Onderstel (55) met de 5/16” x 6” Bout (60), twee 1/2” x 3/4” Tussenstukken (61), en een Nylon Borgmoer (3).

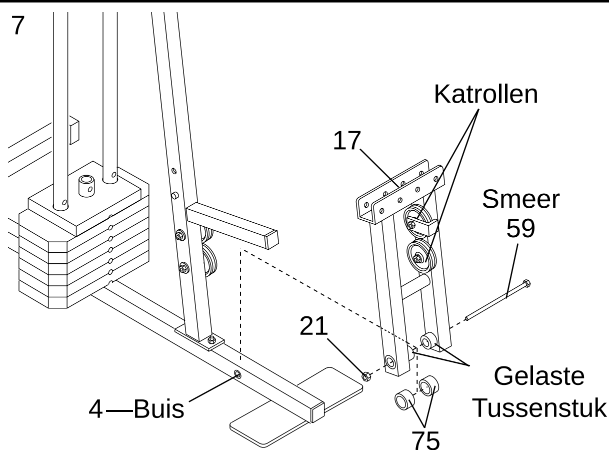
   Zorg ervoor dat het Hoekijzer van de Katrol (20) zich voor de rechter Gewichtsgeleider (62) bevindt.



MONTAGE VAN DE ARM

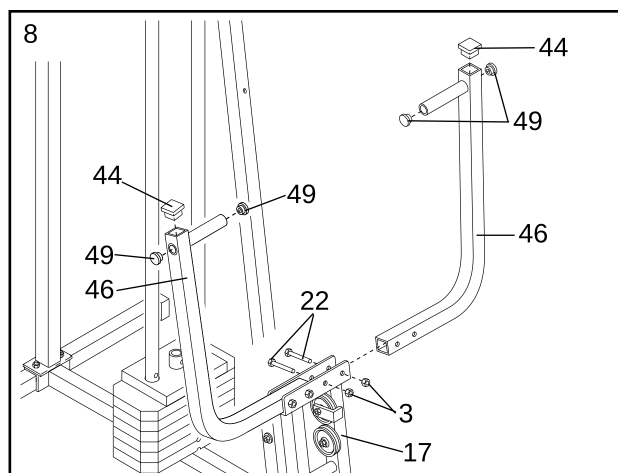
7. Steek een 1” x 7/8” Plastic Beschermer (75) de gelaste tussenstukken van het Druk Onderstel (17). Schuif het Druk Onderstel op het Onderstel (4) zoals aangegeven is. **Aandacht: Dit zal wat krap zijn. De Plastic Beschermers moeten net op iedere gelaste tussenstuk passen. Zorg ervoor dat de katrollen zich op de aangegeven kant bevinden.**

   Smeer de 3/8” x 8” Bout (5) met wat vet in. Bevestig het Druk Onderstel (17) aan het Onderstel (4) met de 3/8” x 8” Bout en een 3/8” Nylon Borgmoer (21).



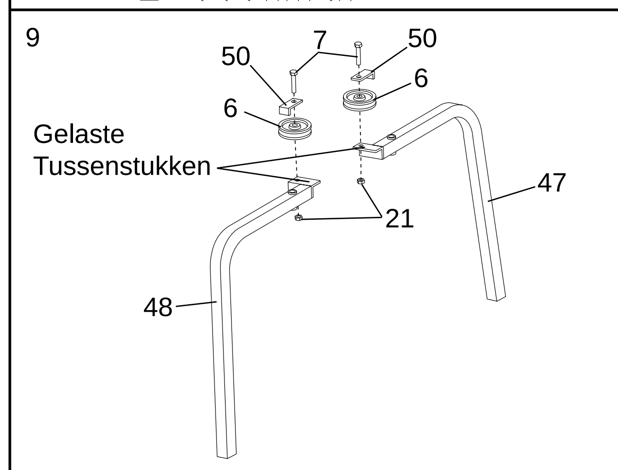
8. Steek een 1 3/4” Vierkant Binnenkapje (44) in de bovenkant van de Drukarm (46). Steek een 1” Rond Binnenkapje (49) in beide einden van het handvat van de Drukarm. Bevestig de Drukarm aan de ene kant van het Druk Onderstel (17) met twee 5/16” x 2 1/2” Bouten (22) en twee 5/16” Nylon Borgmoeren (3).

   Maak de andere Drukarm (46) op dezelfde manier vast.



9. Zorg ervoor dat u de Linker Arm (48) van de Rechter Arm (47) kunt onderscheiden. Bekijk daarvoor de positie van het gelaste hoekijzer van iedere Arm. **Het identificeren van de Armen is zeer belangrijk om stap 10 te voltooien.**

   Aandacht: De “V”-Katrollen (6), Lange Kabelklemmen (50), de 3/8” x 2 1/2” Bouten (7), en 3/8” Nylon Borgmoeren (21) zijn al vastgemaakt. De onderdelen worden hier los getoond zodat u de onderdelen gemakkelijk kunt herkennen.



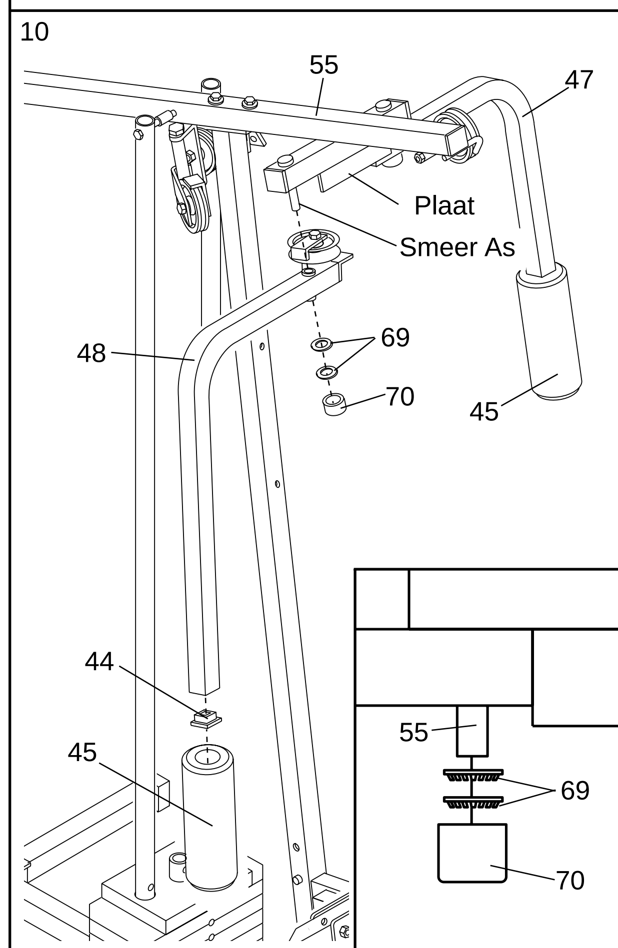
10. Smeer beide assen van het Bovenste Onderstel (55) met wat vet in.

    Plaats de Rechter Arm (48) op de rechter as. Aandacht: Zorg ervoor dat u de goede Arm aan de goede kant bevestigt. Bekijk stap 9 om de Rechter Arm te kunnen identificeren. Zorg ervoor dat de bovenkant van de Rechter Arm zich achter de plaat van het Bovenste Onderstel (55) bevindt.

    Plaats twee 1” Sterringen (69) en een 1” Rond Kapje (70) op de rechter as. **Zorg ervoor dat de tanden van de sterringen naar het Kapje wijzen, zoals in de tekening rechts onder wordt aangegeven.**

    Maak de Linker Arm (47) op dezelfde manier vast.

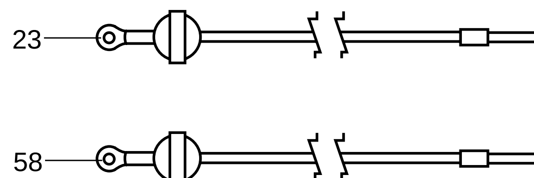
    Steek 1 3/4” Vierkante Binnenkapjes (44) in de onderkant van de Linker en Rechter Armen (47, 48). Maak de onderkant van iedere Arm met wat zeepwater nat. Schuif een 10” Schuimrubberen Kussentje (45) op de Armen.



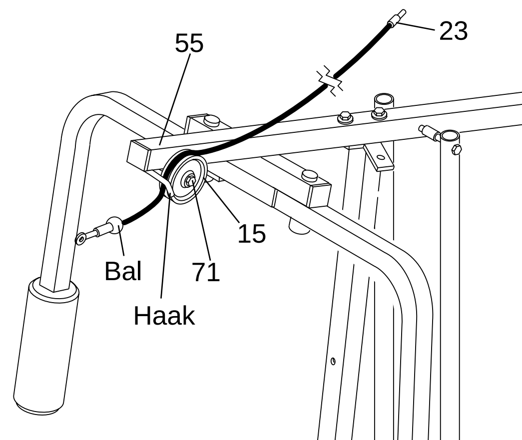
MONTAGE VAN DE KABEL

11. Bekijk het DIAGRAM VAN DE KABEL op pagina 21 van deze handleiding wanneer u montage stappen 11 tot en met 25 uitvoert zodat u de goede ligging van de kabels kunt zien. Voordat u met dit gedeelte van de montage begint, bekijk de Lange Kabel (23) en de Korte Kabel (58). Let op de lengte van de kabels en de uiteinden.

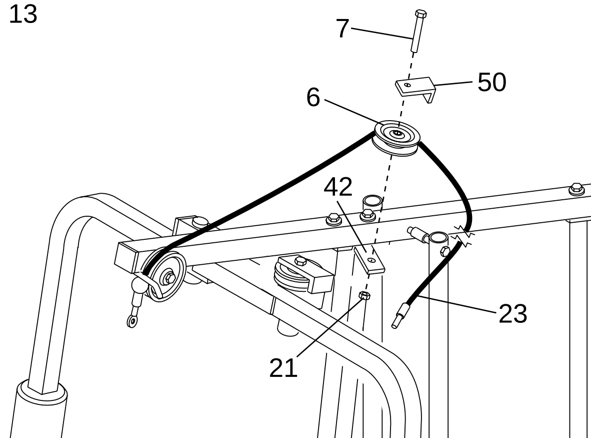
    BELANGRIJK: Zorg ervoor dat u tijdens de montage de bouten en de moeren van de katrollen niet te vast draait. De katrollen moeten los en soepel kunnen draaien.



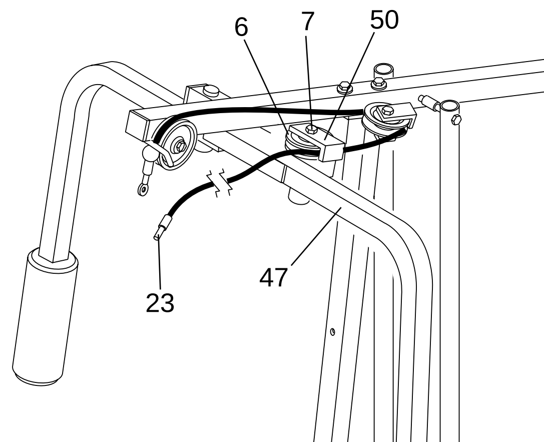
12. **Neem de Lange Kabel (23) vast.** Leg de Lange Kabel rond de aangegeven 3 1/2” Katrol (15) die op het Bovenste Onderstel (55) bevestigt is. **Zorg ervoor dat het ene eind van de Kabel met de bal zich aan de aangegeven kant van de Katrol bevindt en dat de Kabel zich tussen de Katrol en de haak bevindt.** Draai de 3/8” x 3 3/4” Bout (71) en de 3/8” Nylon Borgmoer (niet getoond) vast.



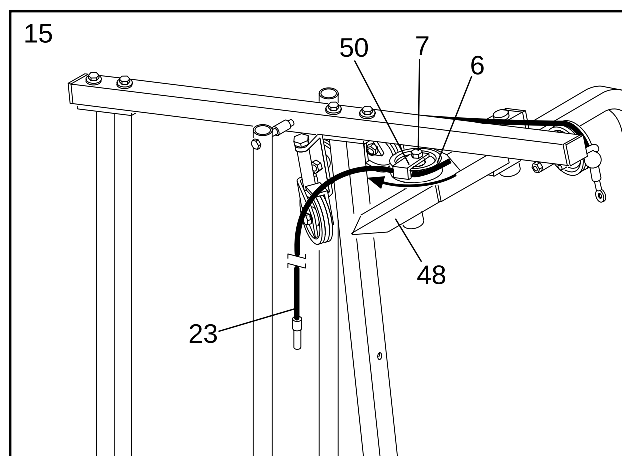
13. Leg de Lange Kabel (23) rond de “V” Katrol (6). Bevestig de “V” Katrol en de Lange Kabelklem (5) aan het aangegeven hoekijzer op de Voorste Staander (42) met een 3/8” x 2 1/2” Bout (7) en een 3/8” Nylon Borgmoer (21). **Zorg ervoor dat de Lange Kabelklem zo gedraaid is dat het de Kabel in plaats houdt.**



14. Leg de Lange Kabel (23) rond de “V” Katrol (6) van de Linker Arm (47). **Zorg ervoor dat de Kabel zich in de gleuf van de Katrol bevindt en de Lange Kabelklem (50) zodanig gedraaid is dat het de Kabel in plaats houdt.** Draai de 3/8” x 2 1/2” Bout (7) en de 3/8” Nylon Borgmoer (niet getoond) goed vast.

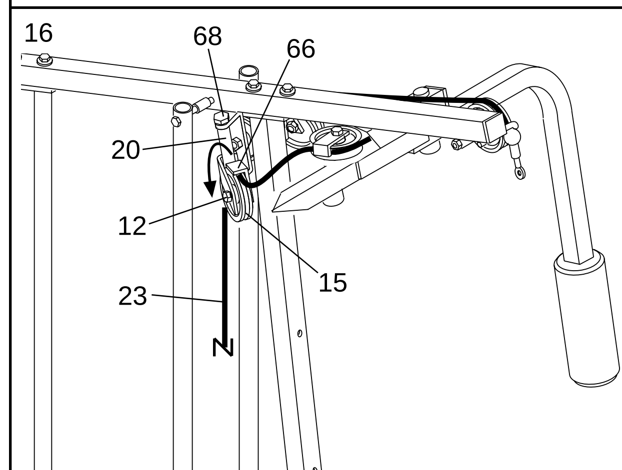


15. Leg de Lange Kabel (23) rond de “V” Katrol (6) van de Rechter Arm (48). **Zorg ervoor dat de Kabel zich in de gleuf van de “V” Katrol bevindt en dat de Lange Kabelklem (50) zodanig gedraaid is dat het de Kabel in plaats houdt.** Draai de 3/8” x 2 1/2” Bout (7) en de 3/8” Nylon Borgmoer (niet getoond) goed vast.



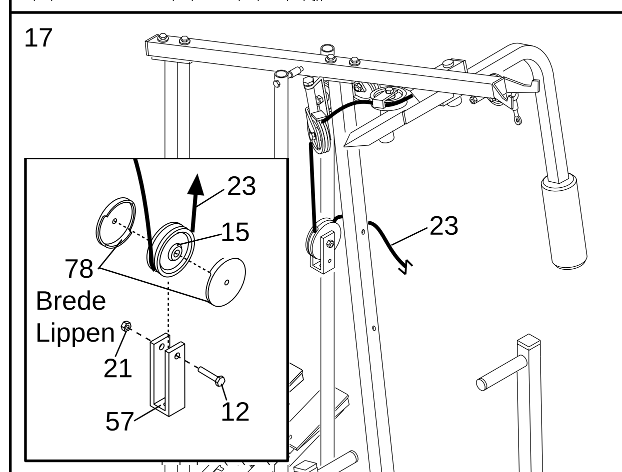
16. Leg de Lange Kabel (23) rond de 3 1/2” Katrol (15) die aan het Hoekijzer van de Katrol (20) vast zit. **Zorg ervoor dat de Kabel in de gleuf van de Katrol bevindt en dat de Kabelklem (66) zodanig gedraaid is dat het de Kabel op zijn plaats houdt.** Draai de 3/8” x 2” Bout (12) en de 3/8” Nylon Borgmoer (niet getoond) vast.

    Zorg ervoor dat de 5/16” x 5” Bout (68) goed vast zit en dat het Hoekijzer van de Katrol (2) vrij draait.



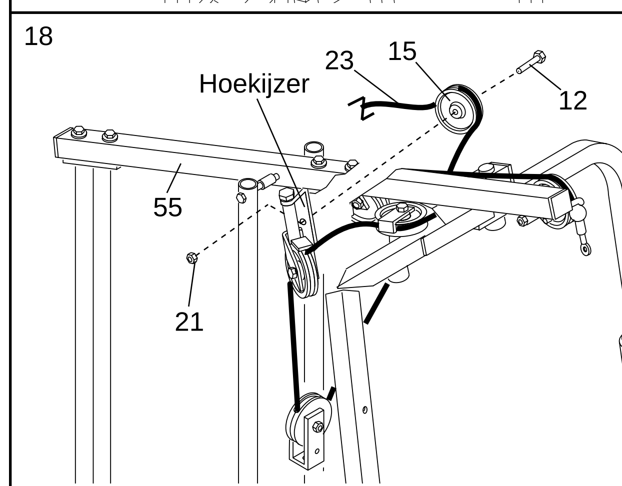
17. Bekijk de tekening aandachtig. Verwijder de 3 1/2” Katrol (15) van het Lange “U” Hoekijzer (57) als de Katrol al aan het Hoekijzer gemonteerd is. Leg de Lange Kabel (23) ron de 3 1/2” Katrol. Maak de Katrol en twee Katrol Kapjes (78) aan het angegeven gat van het Lange “U” Hoekijzer vast met een 3/8” x 2” Bout (12) en een 3/8” Nylon Borgmoer (21). **Zorg ervoor dat de Katrol Kapjes zodanig gedraaid zijn dat de brede lippen zich aan de aangegeven kant bevinden.**

    Zorg ervoor dat de Kabel zich in de gleuf van de Katrol bevindt en dat de Kabel en Katrol vrij kunnen bewegen.



18. **Aandacht: De Katrol (15) in deze tekening is al gemonteerd. Het wordt hier los aangegeven zodat u de onderdelen gemakkelijk kunt identificeren.**

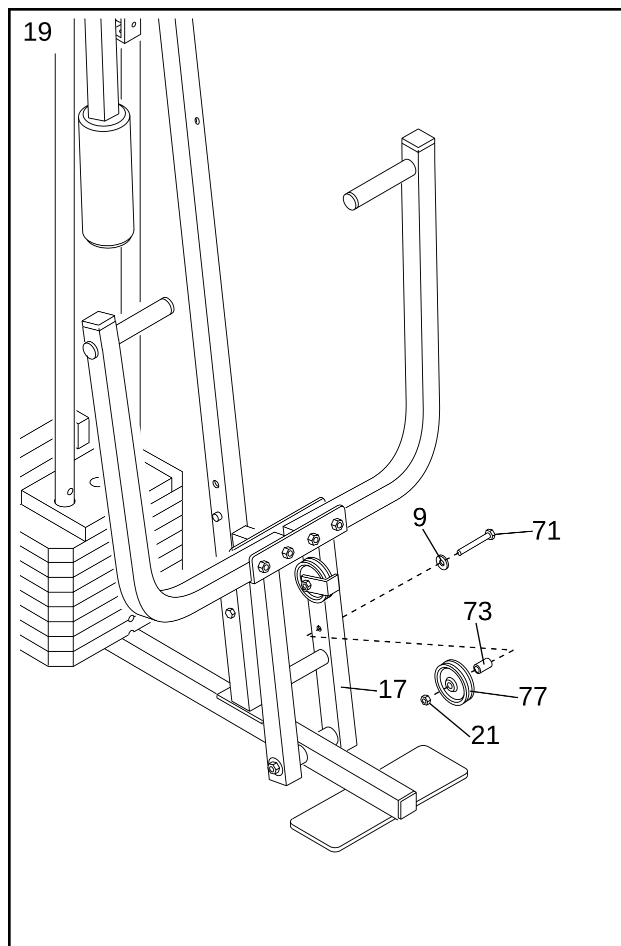
    Leg de Lange Kabel (23) rond de 3 1/2” Katrol (15) die aan het hoekijzer van de het Bovenste Onderstel (55) gemonteerd is. Draai de 3/8” x 2” Bout (12) en de 3/8” Nylon Borgmoer (21) vast. **Zorg ervoor dat de Kabel zich in de gleuf van de Katrol bevindt en dat de Kabel en de Katrol vrij kunnen bewegen.**



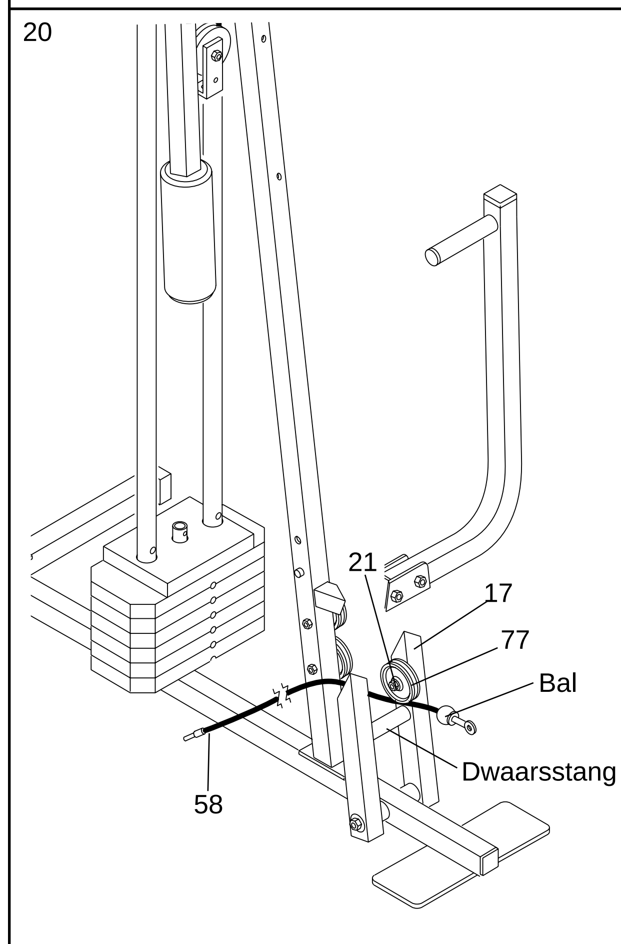
19. **Aandacht: Sommige onderdelen in deze montage stap zijn al gemonteerd.**

De 5/8” x 9/16” Tussenstuk (73) is al aan de buitenkant van de 3 1/2” Lage Katrol (77) gemonteerd. Dit was gedaan om het verzenden van het apparaat te vergemakkelijken. Verwijder de 3/8” Nylon Borgmoer (21), het Tussenstuk, en de Katrol van de 3/8” x 3 3/4” Bout (71). **Verwijder de Bout niet. De Bout wordt in de tekening getoond zodat het kunt identificeren.**

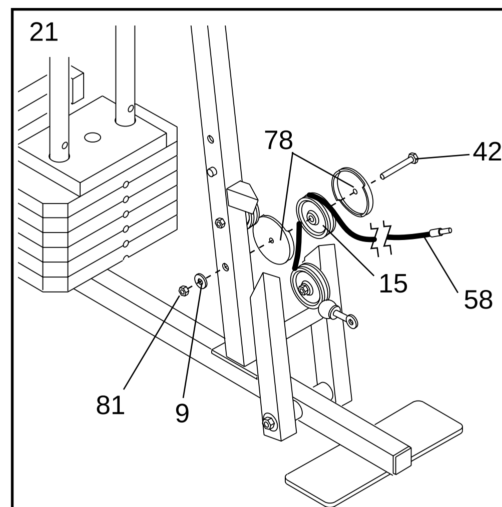
Maak de 3 1/2” Lage Katrol (77) weer vast. Plaats de 5/8” x 9/16” Tussenstuk (73) tussen de Katrol en het Druk Onderstel (17). **Draai de 3/8” Nylon Borgmoer (21) nog niet te vast aan. Zorg ervoor dat de 3/8” x 3 3/4” Bout (71), de 3/8” Platte Tussenring (9), de 5/8”x 9/16” Tussenstuk (73), de 3 1/2” Katrol (77), en de 3/8” Nylon Borgmoer (21) zich net zoals in tekening bevinden.**



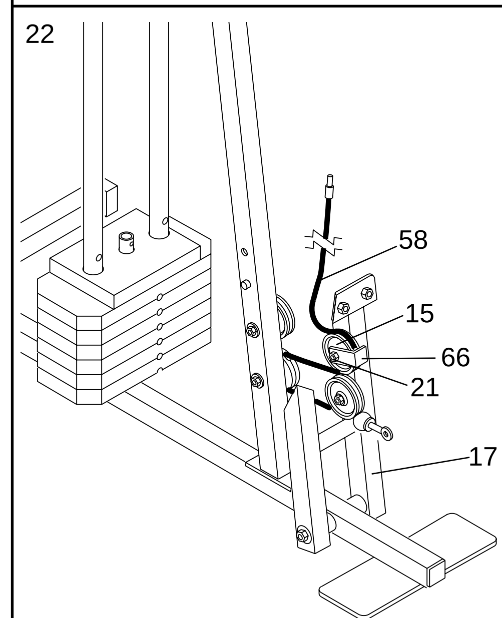
20. **Neem de Korte Kabel (58) vast.** Leg de Korte Kabel onder de 3 /12” Lage Katrol (77). **Zorg ervoor dat het eind van de kabel met de bal zich aan de goede kant van het Druk Onderstel (17) bevindt en dat de Kabel zich tussen de Katrol en de aangegeven dwaarsstang van het Druk Onderstel bevindt.** Draai de 3/8” Nylon Borgmoer (21) en de 3/8” x 3 3/4” Bout (niet getoond) vast.



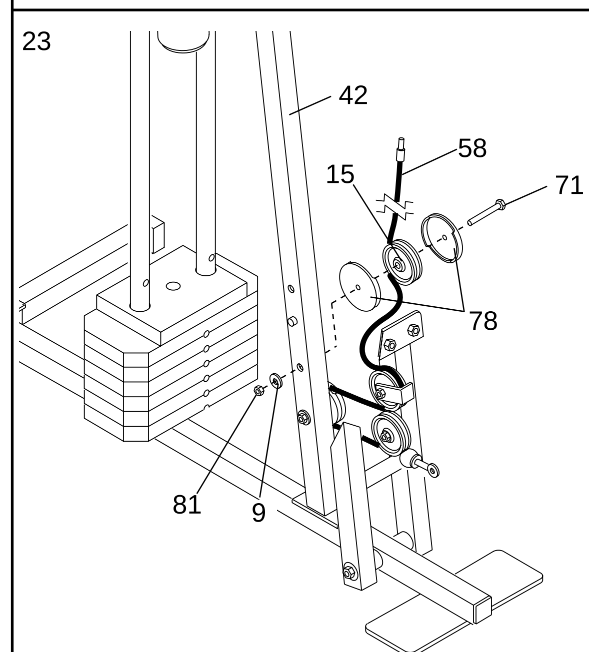
21. Verwijder de 3 1/2” Katrol (15) als deze al aan de Voorste Staander (42) gemonteerd is. Leg de Korte Kabel (58) ron de Katrol. Maak de Katrol en twee Katrol Kapjes (78) aan het lagere gat in de Voorste Staander vast met een 3/8” Klemmoer (81), de 3/8” Platte Tussenring (9) en de 3/8” x 3 3/4” Bout (71).



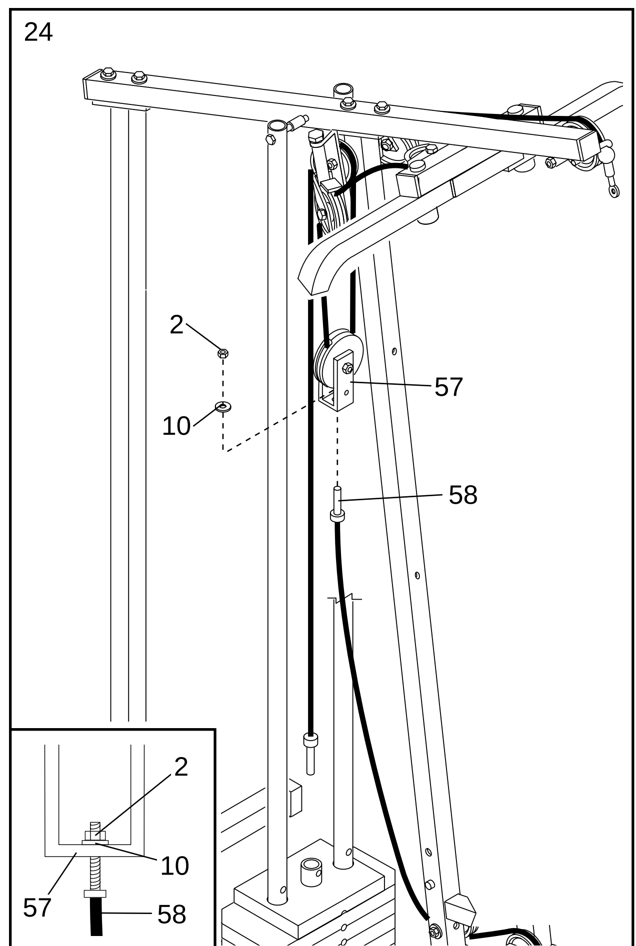
22. Leg de Korte Kabel (58) rond de 3 1/2” Katrol (15) die bevestigt is aan het bovenste gat van het Druk Onderstel (17). **Zorg ervoor dat de Kabelklem (66) zodanig gedraaid is dat het de Kabel op zijn plaats houdt en dat het goed rond de Katrol ligt zoals de tekening aangeeft.** Draai de 3/8” Nylon Borgmoer (21) en de 3/8” x 3 1/2” Bout (niet getoond) vast.



23. Verwijder de 3 1/2” Katrol (15) als deze al aan de Voorste Staander (42) gemonteerd is. Leg de Korte Kabel (58) ron de Katrol. Maak de Katrol en twee Katrol Kapjes (78) aan het bovenste gat in de Voorste Staander vast met een 3/8” Klemmoer (81), de 3/8” Platte Tussenring (9) en de 3/8” x 3 3/4” Bout (71).

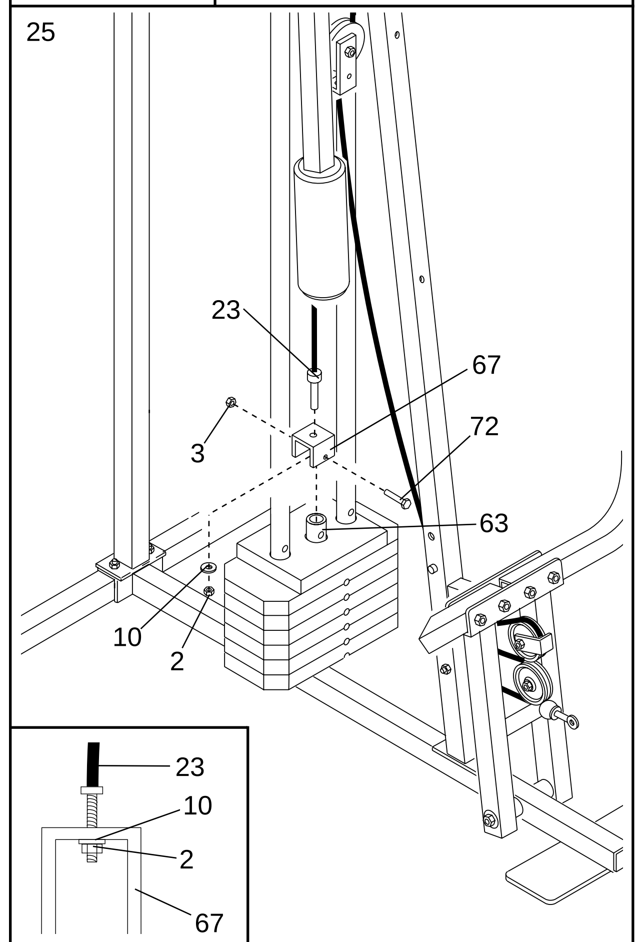


24. Maak het eind van de Korte Kabel (58) aan het Lange “U” Hoekijzer (57) vast met een 1/4” Nylon Borgmoer (2) en een 1/4” Platte Tussenring (10). **Draai de Nylon Borgmoer nog niet te vast aan. Draai de Borgmoer maar een paar keer aan, zoals in de tekening links onder wordt aangegeven.**



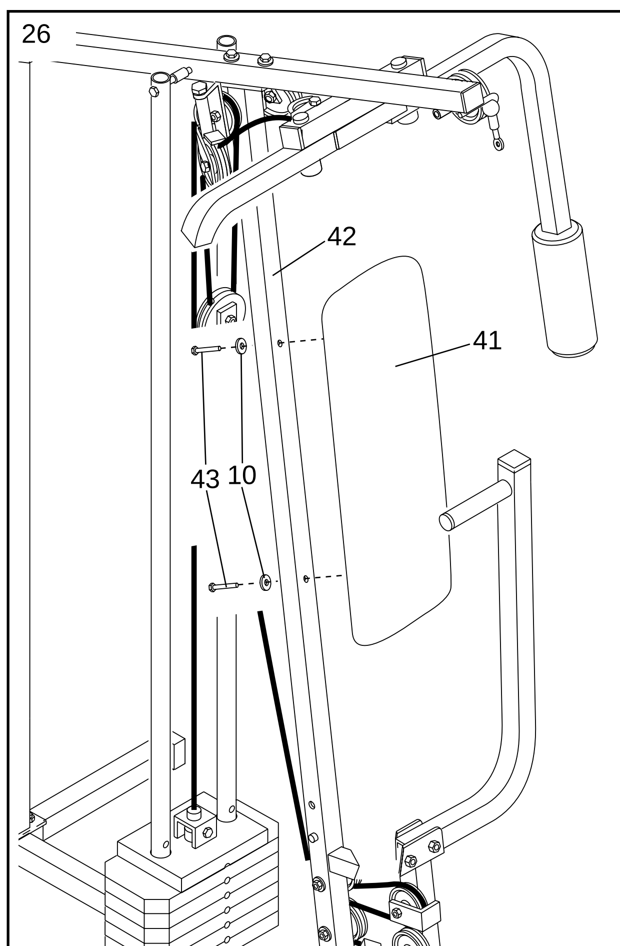
25. Maak de Lange Kabel (23) aan het Kleine “U” Hoekijzer (57) vast met een 1/4” Nylon Borgmoer (2) en een 1/4” Platte Tussenring (10). **Draai de Nylon Borgmoer nog niet te vast aan. Draai de Borgmoer maar een paar keer aan, zoals in de tekening links onder wordt aangegeven.**

    Maak het Kleine “U” Hoekijzer (67) aan de Gewichtsbuis (63) vast met de 5/16” x 1 3/4” Bout (72) en een 5/16” Nylon Borgmoer (3).



MONTAGE VAN DE ZITTING

26. Maak de Rugleuning (41) aan de Voorste Staander (42) vast met twee 1/4” x 2 1/2” Schroeven (43) en twee 1/4” Platte Tussenringen (10).

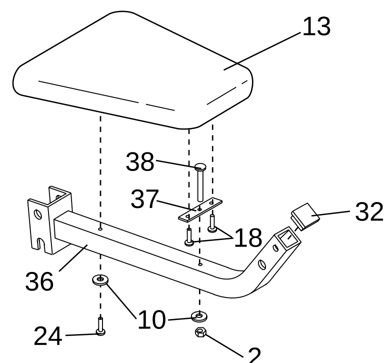


27. Druk een 1 1/2” Vierkant Binnenkapje (32) in het Onderstel van de Zitting (36).

Steek de 1/4” x 2” Draagbout (38) in het aangegeven gat van de Plaat van de Zitting (37). Bevestig de Plaat van de Zitting aan de Zitting (13) met twee 1/4” x 1/2” Schroeven (18).

Steek de 1/4” x 2” Draagbout (38) in het aangegeven gat van het Onderstel van de Zitting (36). Draai een 1/4” Nylon Borgmoer (2) met een 1/4” Platte Tussenring (10) op de Draagbout vast.

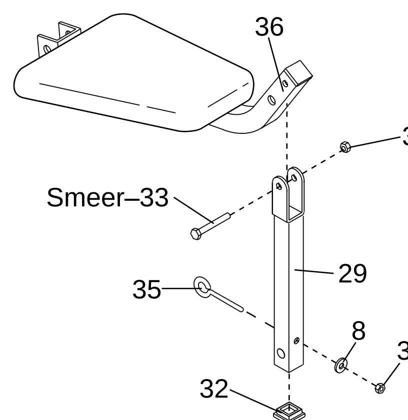
Maak het andere eind van de Zitting (134) aan het Onderstel van de Zitting (36) vast met een 1/4” Platte Tussenring (10) en de 1/4” x 2” Schroef (24).



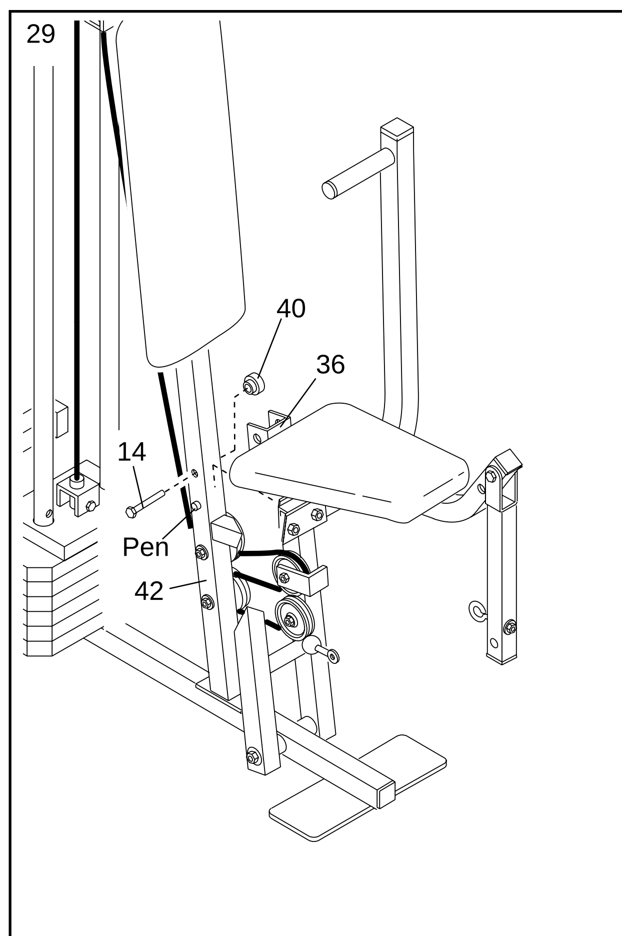
28. Druk een 1 1/2” Vierkant Binnenkapje (36) in de Beenontwikkelaar (29).

Smeer een 5/16” x 2 1/4” Bout (33) met wat vet in. Maak de Beenontwikkelaar (29) aan het Onderstel van de Zitting (36) vast met de Bout en een 5/16” Nylon Borgmoer (3). **Draai de Nylon Borgmoer niet te vast; de Beenontwikkelaar moet vrij kunnen draaien.**

Steek een 5/16” x 2” Oogbout (35) door de Beenontwikkelaar (29) van de aangegeven kant. Draai een 5/16” Nylon Borgmoer (3) vast met een 5/16” Platte Tussenring (8) op de Oogbout.



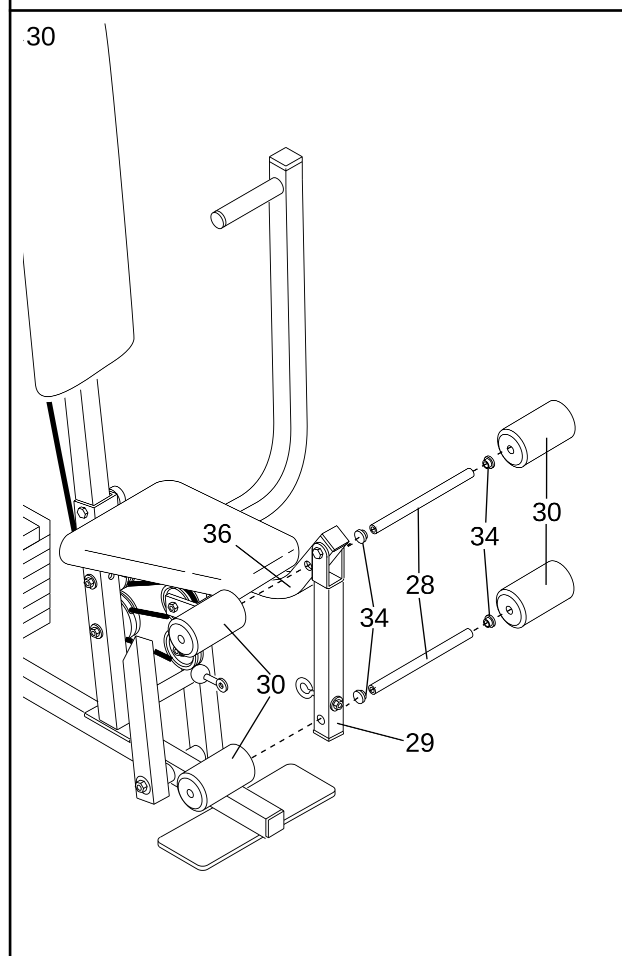
29. Plaats het Onderstel van de Zitting (36) op de aangegeven pen in de Voorste Staander (42). Maak het Onderstel van de Zitting aan de Voorste Staander vast met een 5/16” x 2 3/4” Draagbout (14) en de Knop van de Zitting (4).



30. Steek 3/4” Ronde Binnenkapjes (34) in de einden van beide 12 1/2” Buizen (28).

Steek een 12 1/2” Buis (28) in het Onderstel van de Zitting (36). Schuif een 5 1/2” Schuimrubberen Kussentje (30) op beide einden van de Buis.

Schuif een ander 12 1/2” Schuimrubberen Kussentje (28) op de Beenontwikkelaar (29). Schuif de 5 1/2” Schuimrubberen Kussentje (30) op beide einden van de Buis.



31. Verzeker U zich ervan dat alle onderdelen goed vast gedraaid zijn. Het gebruik van de overgebleven onderdelen is uitgeleg op pagina 15 van deze handleiding onder BIJSTELLEN.

Trek een paar keer aan de kabels om er zeker van te zijn dat die goed over de katrollen lopen. Als een van de kabels niet goed loopt, vindt en los het probleem op voordat U de weight system gebruikt. **BELANGRIJK: Er kan schade optreden wanneer zwaar gewicht wordt gebruikt, als de kabels niet goed liggen. Zie het KABEL DIAGRAM op pagina 21 in deze handleiding. De kabels moeten aangespannen worden wanneer deze wat slap zijn. Zie PROBLEMEN OPLOSSEN EN ONDERHOUD op pagina 20.**

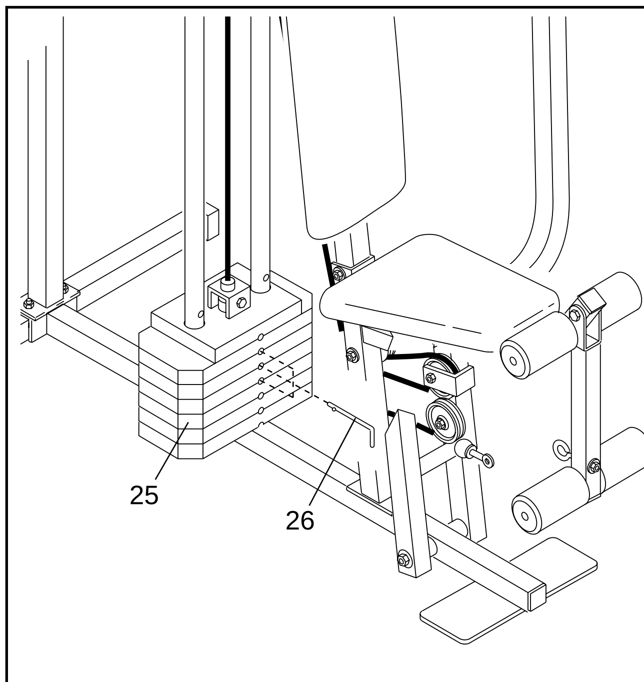
BIJSTELLEN

De volgende instructies leggen U uit hoe elk onderdeel van de weight system kan worden bijgesteld. **BELANGRIJK: Zorg ervoor dat de onderdelen zich in de goede startpositie bevinden voor de oefening die U wenst uit te voeren wanneer de rekstang of de nylon beugel gebruikt wordt. De doeltreffendheid van uw oefening zal verlaagt worden als er slapte in de kabel of ketting optreedt wanneer U een oefening uitvoert.**

DE GEWICHTSZETTING VERANDEREN

Om de gewichtszetting te veranderen, steek de Gewichtspen (26) onder het gewenste Gewicht (25). Zorg ervoor dat het gebogen gedeelte van de Pen tot aan de gewichtsstapel reikt, en draai het gebogen gedeelte omlaag. De gewichtszetting kan van 6,5 lbs tot 81,5 lbs worden veranderd, met 12,5 lbs opslag. **Aandacht: Door de kabels en de katrollen kan de werkelijke weerstand van elke oefen positie wat van de gewicht zetting variëren. Bekijk de TABEL VOOR GEWICHTSWEERSTAND op pagina 21 om de weerstand van elke oefening te weten te komen.**

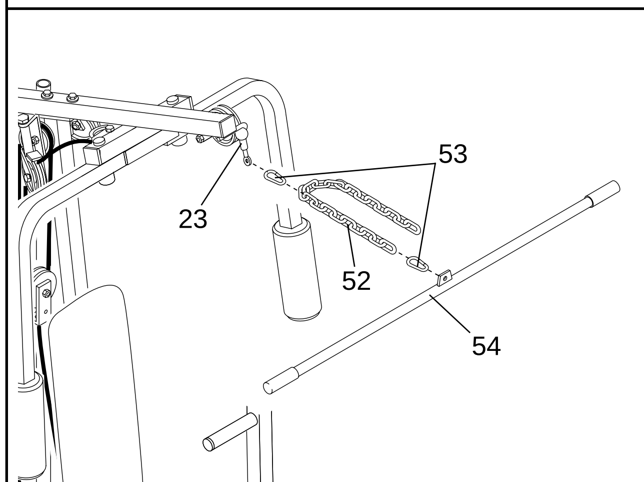
Aandacht: 1 kg = 2,2 lbs



DE REKSTANG OF BEUGEL VASTMAKEN AAN DE LAGE KATROL POSITIE

Maak de Rekstang (54) met de Kabelclip (53) vast aan de Lange Kabel (23). Om sommige oefeningen uit te voeren moet de Ketting (52) met twee Kabelclips tussen de Rekstang en Lange Kabel bevestigt worden. **Stel de Ketting goed in tussen de Rekstang en de Lange Kabel om de goede startpositie voor de oefening te garanderen**.

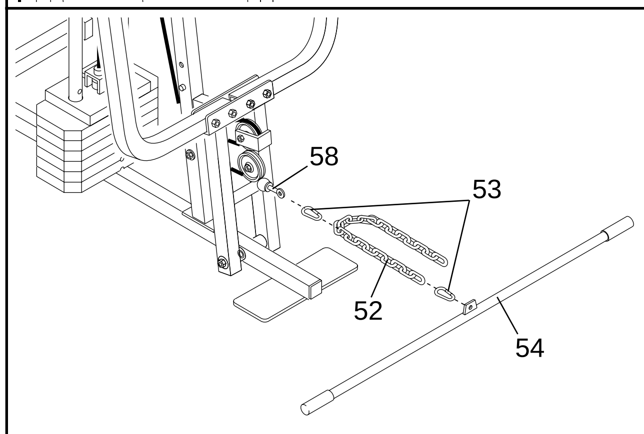
De Nylon Beugel (niet getoond) kan op gelijkmatige wijzen vastgemaakt worden.



DE REKSTANG OF BEUGEL VASTMAKEN AAN DE HOGE KATROL POSITIE

Maak de Rekstang (54) met de Kabelclips (53) vast aan de Korte Kabel (58). Om sommige oefeningen uit te voeren moet de Ketting (52) met twee Kabelclips tussen de Rekstang en Korte Kabel bevestigt worden. **Stel de Ketting goed in tussen de Rekstang en de Korte Kabel om de goede startpositie voor de oefening te garanderen**.

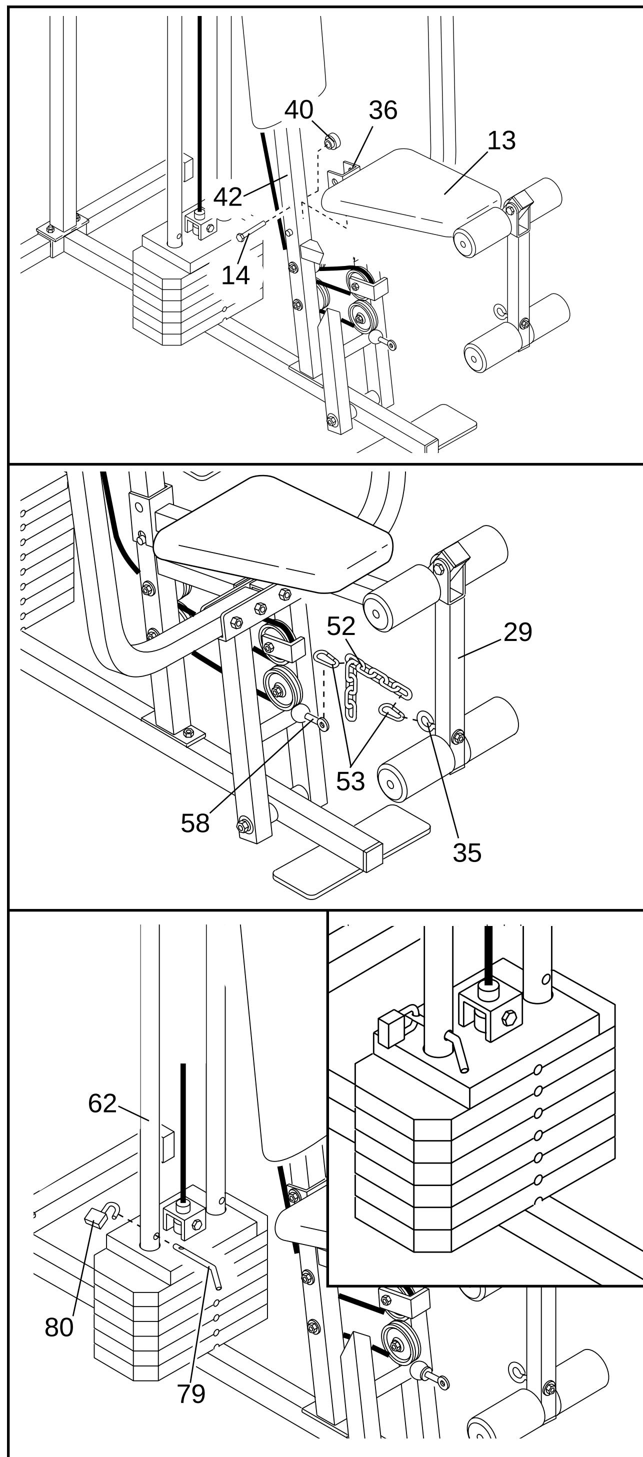
De Nylon Beugel (niet getoond) kan op gelijkmatige wijzen vastgemaakt worden.



HET PLAATSEN EN HET VERWIJDEREN VAN DE ZITTING

Plaats het hoekijzer van het Onderstel van de Zitting (36) op de aangegeven pennen van de Voorste Staander (42). Maak het Onderstel van de Zitting aan de Voorste Staander vast met de 5/16” x 2 3/4” Draagbout (14) en de Knop van de Zitting (40).

Voor sommige oefeningen, moet de Zitting (13) verwijderd worden. Om de zitting te verwijderen, moet U eerst zorgen dat de ketting niet aan de been ontwikkelaar vast zit. Vervolgens, verwijdert U de Knop van de Zitting (40) en de 5/16” x 2 3/4” Draagbout (14) van het Onderstel van de Zitting (36), en til het Onderstel van de Zitting van de Voorste Staander (42) af.



HET VASTMAKEN VAN DE BEENONTWIKKELAAR AAN DE LAGE KATROL POSITIE

Om de Beenontwikkelaar (29) te gebruiken, moet de zitting vast worden gemaakt aan de voorste staander (zie HET PLAATSEN EN HET VERWIJDEREN VAN DE ZITTING op pagina 15).

Maak het ene eind van de Ketting (52) aan de Korte Kabel (58) met een Kabelclip (53) vast. Maak het aandere eind van de Ketting met een Kabelclip aan de Oogbout (35) vast.

HET AFSLUITEN VAN DE GEWICHTSSTAPEL

Wanneer u de home gym system niet gebruikt, sluit dat het apparaat met de Sluitpen (79) en het Slot (80) af. Steek de Sluitpen door de Gewichtsgeleider (62). Plaats het Slot op de Sluitpen.

TABEL VOOR GEWICHTSWEERSTAND

Deze kaart geeft de weerstand van iedere oefening aan. “Top” is het bovenste gewicht van 6,5 lbs. De nummers 1 tot en met 6 geven de gewichtsplaten van 12,5 lbs aan. De weerstand van de vlinderfiguur is voor iedere arm.

GEWICHT	DRUK FIGUUR (lbs.)	VLINDER FIGUUR (lbs.)	BEEN ONTWIK. (lbs.)	HOGE KATROL (lbs.)	LAGE KATROL (lbs.)
Bovenste	20	10	15	14	24
1	45	22	36	28	54
2	70	33	54	44	82
3	99	42	75	60	115
4	128	48	96	72	147
5	153	60	115	90	175
6	184	69	137	103	209

Aandacht: 1kg = 2,2 lbs

De weerstand van elke oefening kan wat door de plaat of de vrijving van de kabels, de katrollen en de gewichtsgeleider afhangen.

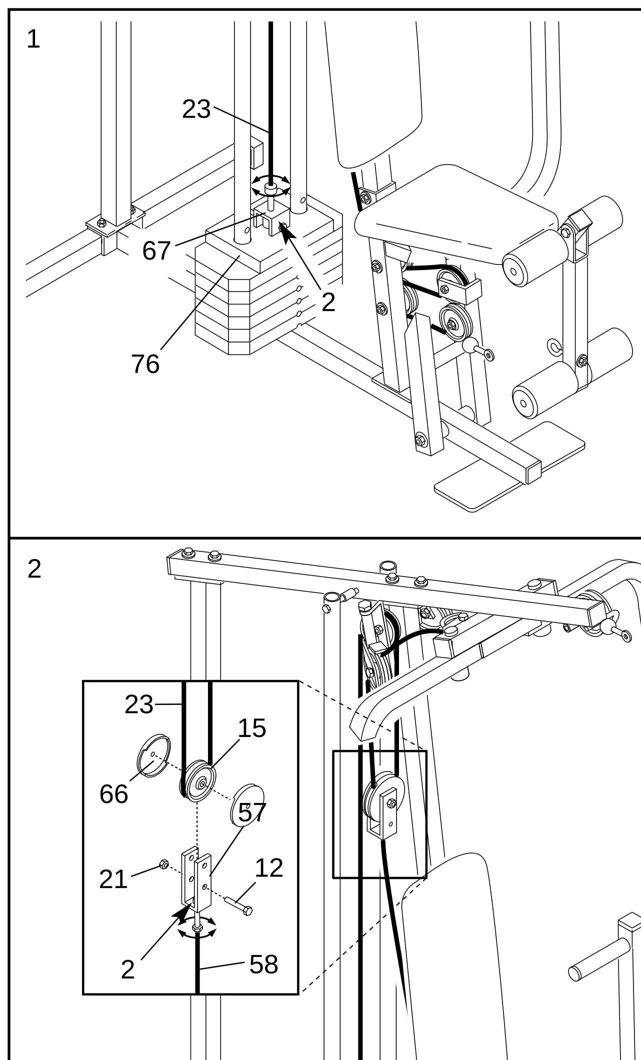
OPLOSSEN VAN PROBLEMEN EN ONDERHOUD

Inspecteer en draai alle onderdelen vast bij elk gebruik van het gewicht systeem. Vervang versleten onderdelen meteen. De oppervlakten van het gewicht systeem kunnen schoongemaakt worden door een natte doek en een zacht schoonmaakmiddel te gebruiken. Gebruik geen schuurmiddel.

KABELS AANSPANNEN

Een gevlochten kabel, het type kabel dat het gewicht systeem gebruikt, kan wat uitstrekken wanneer die voor het eerst wordt gebruikt. De kabels moeten aangespannen worden als ze slap zijn voordat er weerstand optreedt. U kunt de kabels aanspannen door de 1/4" Moer (2) die zich aan het eind van de Lange Kabel (23) en de Korte Kabel (58) bevindt aan te draaien (zie tekening 1 en 2). Om dit te voltooien moet u eerst het Kleine "U" Hoekijzer (67) van de Gewichtsbuis (niet getoond) verwijderen of u moet de 3 1/2" Katrol (15) van het Lange "U" Hoekijzer (57) verwijderen. Zorg ervoor dat de kabel niet te strak is anders zal de bovenste gewichtsplaat van de groep worden opgetild.

U kunt verdere slapheid verwijderen door de 3 1/2" Katrol (15) aan het andere gat in het Lange "U" Hoekijzer (57) vast te maken. Verwijder de 3/8" Nylon Borgmoer (21) en de 3/8" x 2" Bout (12) van de Katrol, de Katrol Kapjes (78) en het "U" Hoekijzer. Maak de Katrol en de Katrol Kapjes weer vast. Zorg ervoor kunnen dat de Kabel en Katrol vrij lopen.

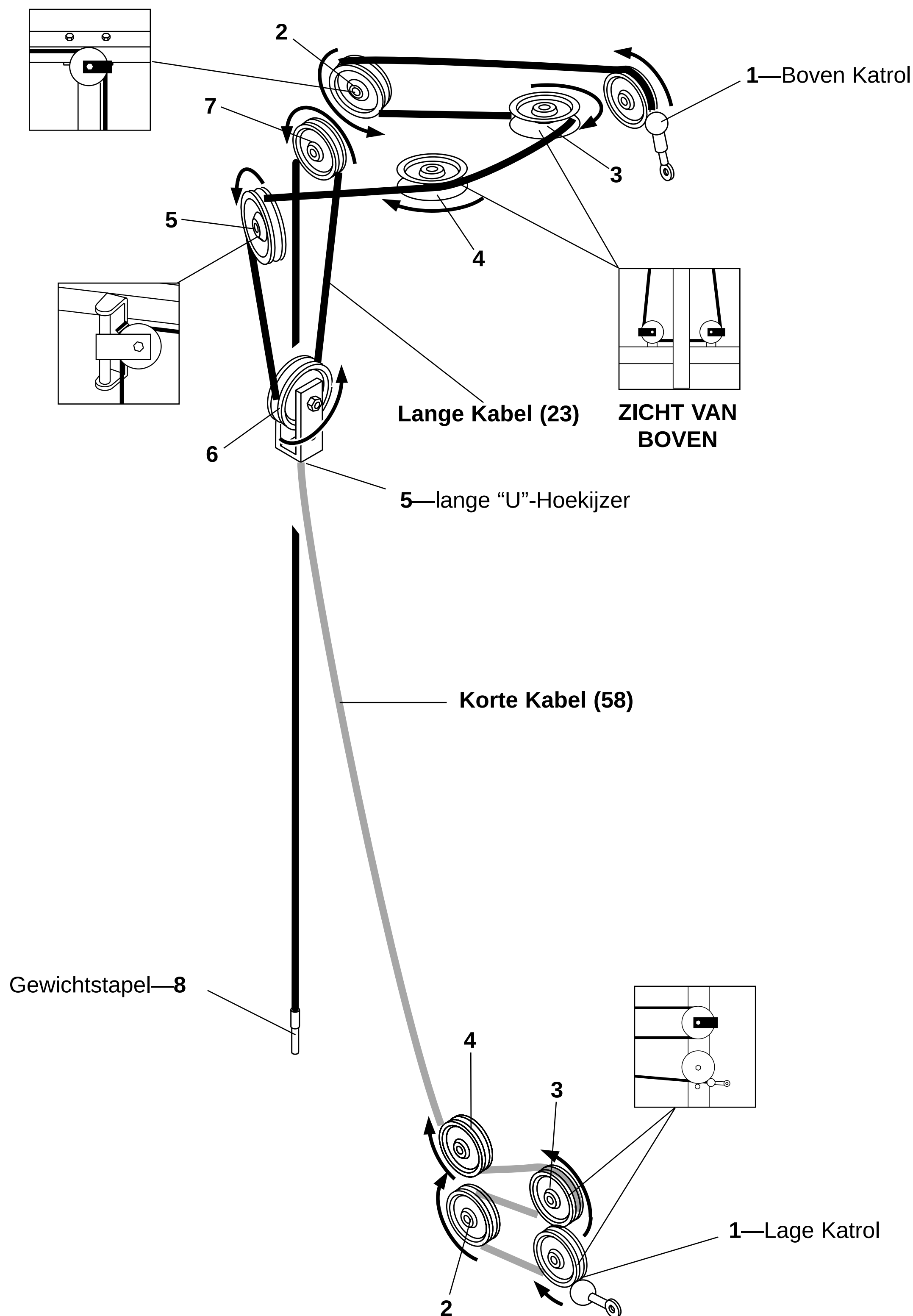


Aandacht: Inspecteer de kabels voor elk gebruikt van de home gym system. De kabels kunnen zich verdraaien wanneer deze vaak van de katrollen glijden. Inspecteer de kabels voor elk gebruik. Verwijder de Kabel en leg het weer terug in de katrollen.

Als de kabels vervangen moeten worden, neem dan contact op met de winkel waar u dit apparaat gekocht hebt. **Vervang de kabels iedere twee jaar.**

DIAGRAM VAN DE KABEL

De volgende diagram geeft de goede ligging van de Korte Kabel (58) en de Lange Kabel (23) aan. Gebruik deze diagram om er zeker van te zijn dat de twee kabels en de kabelklemmen goed gemonteerd zijn. De home gym system zal niet goed werken en kan zelfs schade oplopen wanneer de kabels niet goed ligging. De nummers geven de goede ligging van de kabels aan. Het begin en eind punt van iedere kabel wordt aangegeven. **Zorg ervoor dat de kabelklemmen de kabels niet aanraken.**



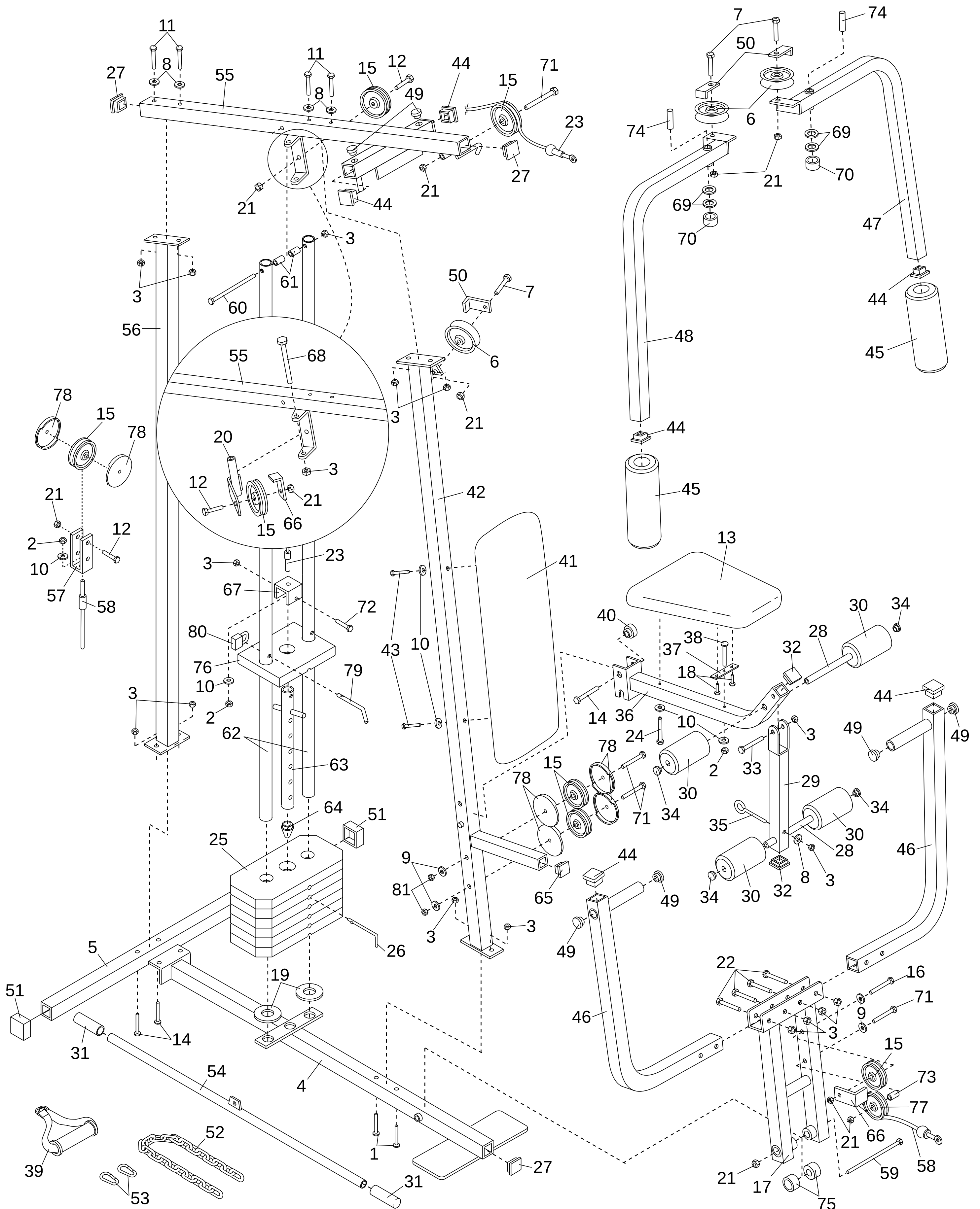
ONDERDELEN LIJST—Model Nr. WESY87100

R1297A

Onderdeel Nr.	Aantal	Beschrijving
1	2	5/16” x 2 1/2” Draagbout
2	3	1/4” Nylon Borgmoer
3	17	5/16” Nylon Borgmoer
4	1	Onderstel
5	1	Stabilisator
6	3	“V” Katrol
7	4	3/8” x 2 1/2” Bout
8	5	5/16” Tussenstuk
9	4	3/8” Tussenstuk
10	6	1/4” Tussenstuk
11	4	5/16” x 2 3/4” Bout
12	3	3/8” x 2” Bout
13	1	Zitting
14	3	5/16” x 2 3/4” Draagbout
15	7	3 1/2” Katrol
16	1	3/8” x 3 1/2” Bout
17	1	Onderstel van de Armen
18	2	1/4” x 1/2” Schroef
19	2	Gewichtsbumper
20	1	Hoekijzer van de Katrol
21	10	3/8” Nylon Borgmoer
22	4	5/16” x 2 1/2” Bout
23	1	Lange Kabel
24	1	1/4” x 2” Schroef
25	6	Gewicht
26	1	Gewichtspen
27	3	2” Vierkant Binnenkapje
28	2	12 1/2” Buis
29	1	Beenontwikkelaar
30	4	5 1/2” Schuimrubberen Kussentje
31	2	Handvat
32	2	1 1/2” Vierkant Binnenkapje
33	1	5/16” x 2 1/4” Bout
34	4	3/4” Rond Binnenkapje
35	1	5/16” x 2” Oogbout
36	1	Onderstel van de Zitting
37	1	Plaat voor de Zitting
38	1	1/4” x 2” Draagbout
39	1	Nylon Beugel
40	1	Knop van de Zitting
41	1	Rugleuning
42	1	Voorste Staander
43	2	1/4” x 2 1/2” Schroef
44	6	1 3/4” Vierkant Binnenkapje
45	2	10” Schuimrubberen Kussen
46	2	Drukarm
47	1	Linker Arm
48	1	Rechter Arm
49	6	1” Rond Binnenkapje
50	3	Lange Kabelklem
51	2	2” Vierkant Buitenkapje
52	1	Ketting
53	2	Kabelclip
54	1	Rekstang
55	1	Bovenste Staander
56	1	Achterste Staander
57	1	Lange “U” Hoekijzer
58	1	Hoge Kabel
59	1	3/8” x 8” Bout
60	1	5/16” x 6” Bout
61	2	1/2” x 3/4” Tussenstuk
62	2	Gewichtsgeleider
63	1	Gewichtsbuis
64	1	Gewichtsbuisbumper
65	1	1” Vierkant Binnenkapje
66	2	Kabelklem
67	1	Kleine “U” Hoekijzer
68	1	5/16” x 5” Bout
69	4	1” Sterring
70	2	1” Rond Kapje
71	4	3/8” x 3 3/4” Bout
72	1	5/16” x 1 3/4” Bout
73	1	5/8” x 9/16” Tussenstuk
74	2	1 1/8” x 2 1/2” Plastic Beschermer
75	2	1” x 7/8” Plastic Beschermer
76	1	Bovenste Gewicht
77	1	3 1/2” Lage Katrol
78	6	Katrol Kapje
79	1	Sluitpen
80	1	Slot
81	2	3/8” Nylon Klemmoer
#	1	Gebruikershandleiding

Attentie: “#” wijst een niet geïllustreerd onderdeel aan. Specificaties kunnen zonder kennisgeving worden veranderd.

GEDETAILLEERDE TEKENING—Model Nr. WESY87100 R1297A



HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN

Om vervang onderdelen voor uw loopband te bestellen, neem dan a.u.b. contact op met de winkel waar u dit apparaat hebt gekocht.

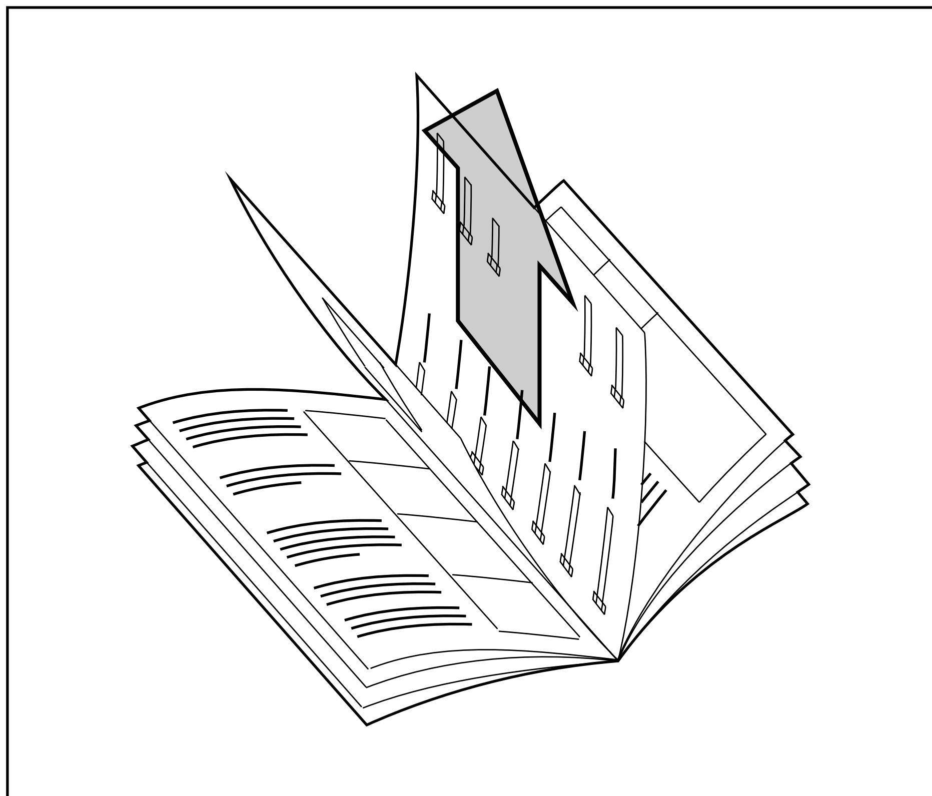
Zorg ervoor dat u de volgende informatie bij de hand hebt:

- De NAAM van het produkt (WEIDER® 8510 Home Gym System)
- Het MODELNUMMER van het produkt (WESY87100)
- Het ONDERDEELNUMMER van het onderdeel (zie de ONDERDELEN LIJST op pagina 22 in deze handleiding bevinden)
- De BESCHRIJVING van het onderdeel (zie de ONDERDELEN LIJST op pagina 22 in deze handleiding bevinden).

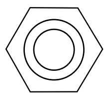
Onderdeel Nr. 142909 R1297A

HAAL DEZE ONDERDELEN IDENTIFICATE KAART UIT DEZE HANDLEIDING!

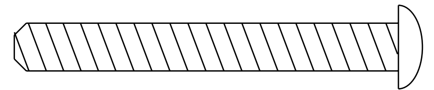
Deze kaart is ontworpen om u te helpen bij het identificeren van kleine onderdelen die bij het opstellen worden gebruikt. **Aandacht: Sommige onderdelen kunnen al samengesteld zijn om de verzending van dit produkt te vergemakkelijken. Als u een onderdeel niet in de zak kunt vinden, bekijk dan het onderstel om te zien of het al niet gemonteerd is.**

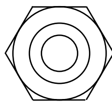
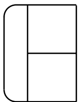


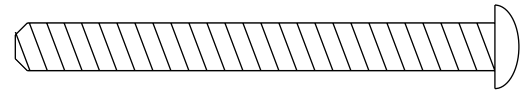
Aandacht: De montage van dit apparaat bevat vier stappen: 1) de montage van het onderstel, 2) het monteren van de armen voor de drukfiguur en de vlinderarmen, 3) de kabels en de katrollen, en 4) de montage van de zitting en de rugleuning. De moeren en bouten voor iedere stap zijn is zakken voorzien. Wacht totdat u met een specifieke montage stap begint voorfdat u met de zak met onderdelen open maakt.

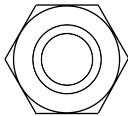
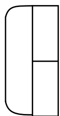


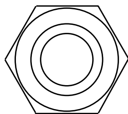
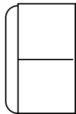
1/4" Nylon Borgmoer (2)–3

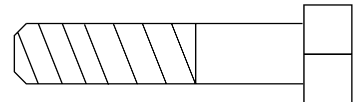

1/4" x 2” Schroef (24)–1

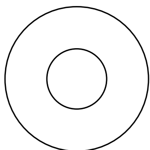
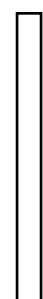


5/16" Nylon Borgmoer (3)–17

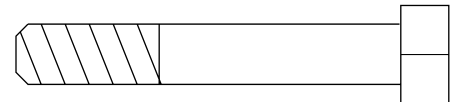

1/4" x 2 1/2" Schroef (43)–2

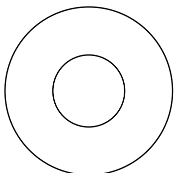


3/8" Klemmoer (81)–2



3/8" Nylon Borgmoer (21)–10

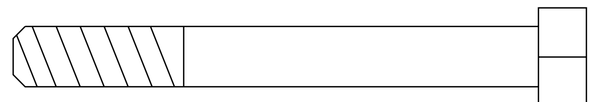

5/16" x 1 3/4" Bout (72)–1

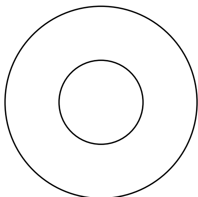


1/4" Tussenstuk (10)–6


5/16" x 2 1/2" Bout (22)–4



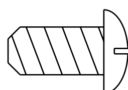
5/16" Tussenstuk (8)–5

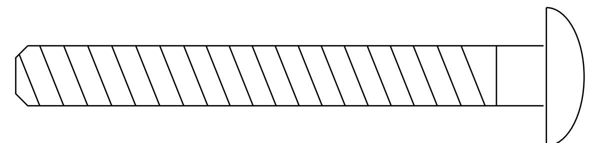

5/16" x 2 3/4" Bout (11)–4

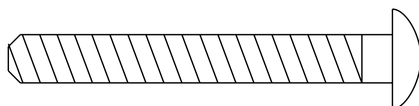


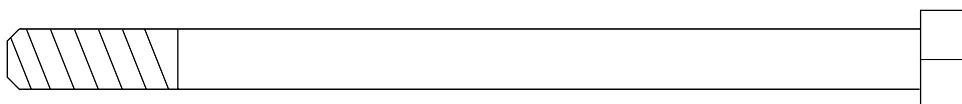
3/8" Tussenstuk (9)–4

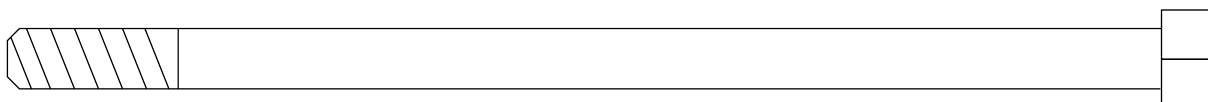

5/16" x 2 1/2" Draagbout (1)–2

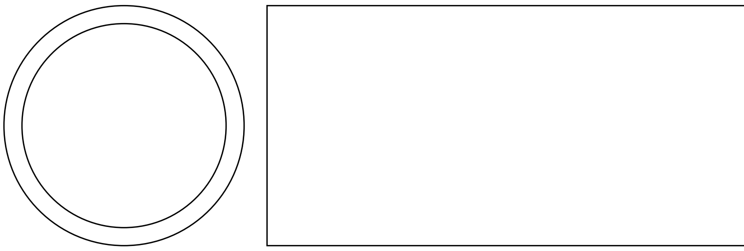

1/4" x 1/2" Schroef (18)–2


5/16" x 2 3/4" Draagbout (14)–3

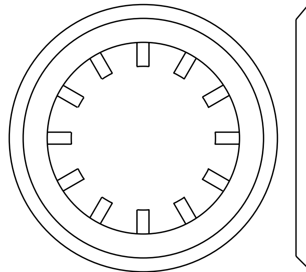

1/4" x 2" Draagbout (38)–1


5/16" x 5" Bout (68)–1

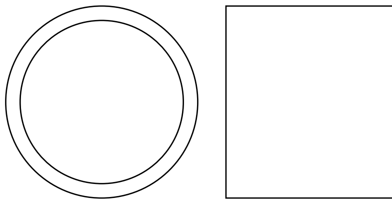

5/16" x 6" Bout (60)–1



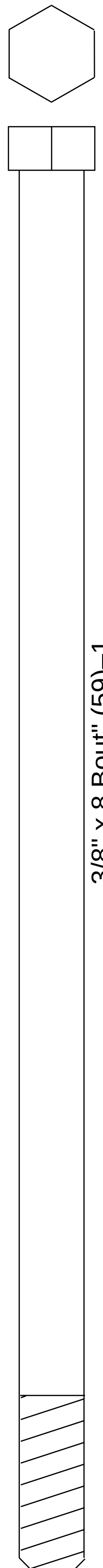
1 1/4" x 2 1/2" Plastic Beschermer (74)–2



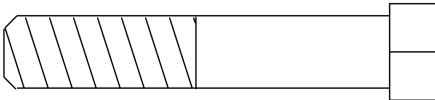
1" Sterring (69)–4



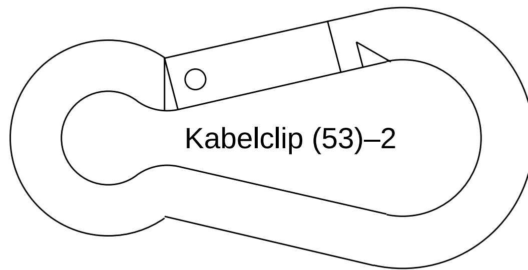
1" x 7/8” Plastic Beschermer (75)–2



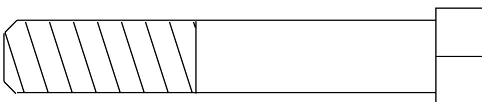
3/8" x 8 Bout" (59)–1



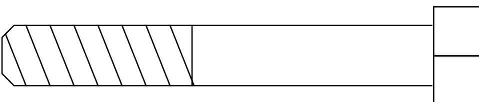
3/8" x 2" Bout (12)–3



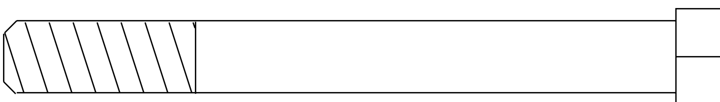
Kabelclip (53)–2



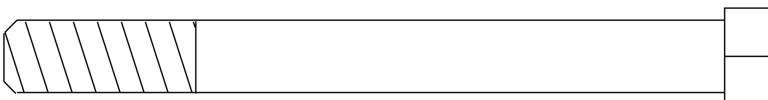
3/8" x 2 1/2" Bout (7)–3



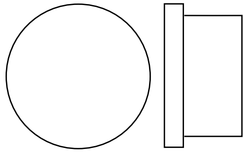
5/16" x 2 1/4" Bout (33)–1

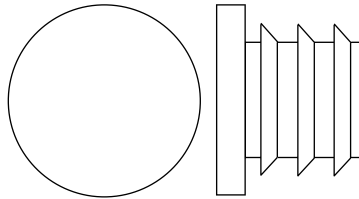


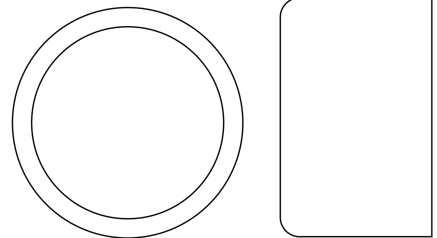
3/8" x 3 1/2" Bout (16)–1

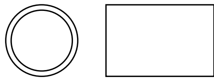


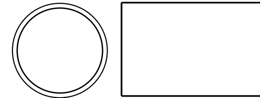
3/8" x 3 3/4" Bout (71)–4

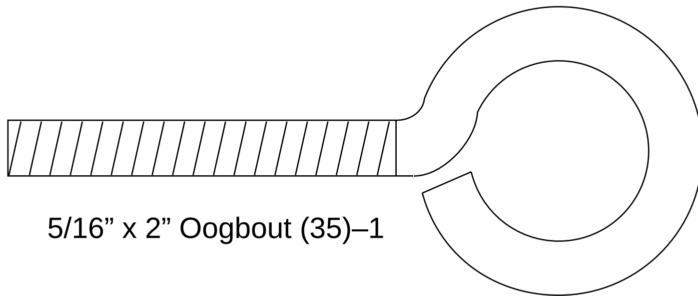

3/4" Rond Binnenkapje (34)–4

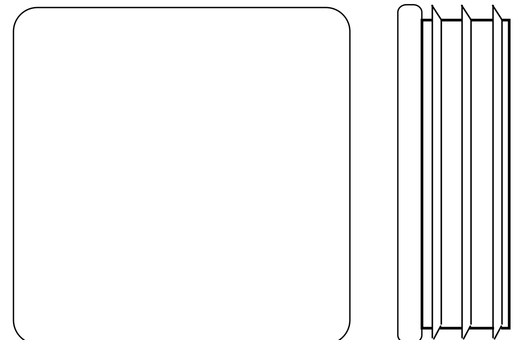

1” Rond Binnenkapje (49)–6

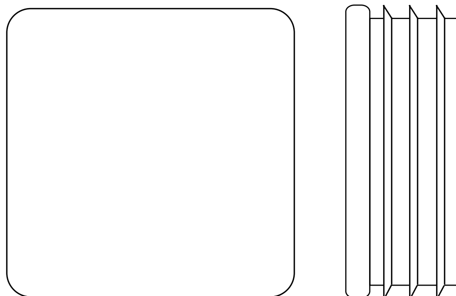

1” Rond Kapje (70)–2

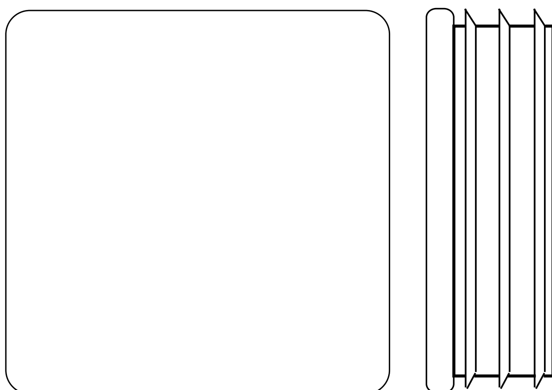

5/8” x 9/16” Tussenstuk (73)–1

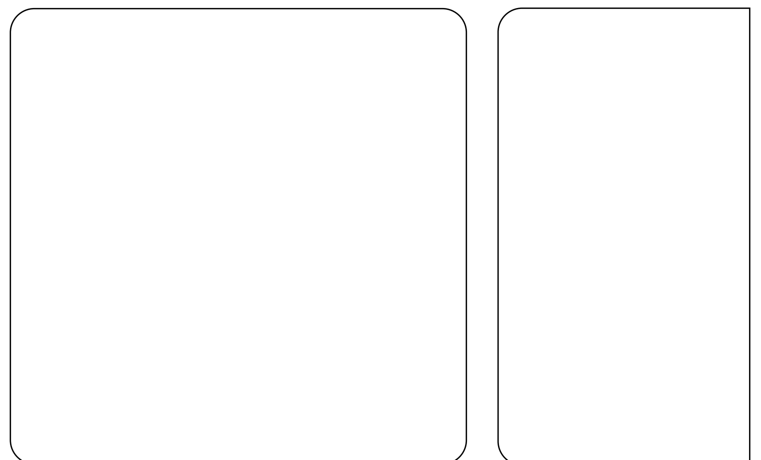

1/2” x 3/4” Tussenstuk (61)–2


5/16” x 2” Oogbout (35)–1


1 3/4” Vierkant Binnenkapje (44)–6


1 1/2” Vierkant Binnenkapje (32)–2


2” Vierkant Binnenkapje (27)–3


2” Vierkant Buitenkapje (51)–2